Adrian & Ema Ban
Arp David & Claudia

Vreau să mă *căsătoresc!*

Sfaturi practice pentru tineri înainte de căsătorie și pentru familii tinere

Cuvânt înainte de Paul & Delia Negruț

Ce ţi-ar plăcea să ştii înainte de nuntă?

Ce ţi-ar fi plăcut să fi ştiut deja, după nuntă?

Nimeni nu merge nepregătit la un examen important. De ce am face excepţie tocmai în căsătorie?

Am descoperit că în viaţa de familie, ca şi în alte domenii, este mai bine să previi decât să repari.

„De ce să mă pregătesc? Pentru că e un pas important, poate cel mai important din viaţă. Cred că aş greşi dacă m-aş considera *expert* în ale vieţii de familie doar pentru că am primit un certificat de căsătorie."

V.D., participant la cursul de consiliere premaritală

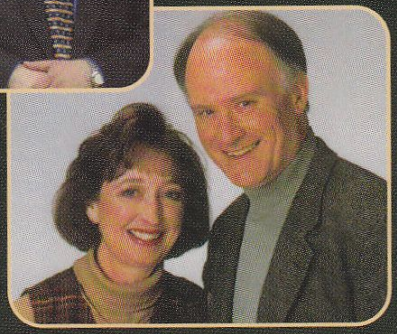
„Acest material ne-a pus în faţa unor întrebări la care nu ne-am gândit niciodată. Ne-am bucurat că am putut răspunde la ele înainte ca stresul pregătirii pentru nuntă să ne copleşească."

A.P. & D.M., participanţi la cursul de consiliere premaritală

„Înainte să fi avut o relaţie serioasă cu un băiat, am ştiut că mi-ar plăcea să participăm împreună la un curs pe teme de căsătorie. Prin materialul prezentat în această carte, am înţeles mai bine care este stilul meu de comunicare, modul diferit în care bărbaţii şi femeile reacţionează la perioadele de stres şi conflict, precum şi calea de rezolvare. Mulţumesc!"

L.I. & R.V., participanţi la cursul de consiliere premaritală

Adrian şi Ema Ban, licenţiaţi în educaţie şi cu pregătire în domeniul consilierii, sunt coordonatorii unui proiect care implică pregătirea tinerilor înainte şi după căsătorie. Soţii Ban sunt prezenţi adesea în emisiuni radiofonice pe teme de căsătorie şi viaţă de familie. Căsătoriţi de paisprezece ani, au trei băieţi şi locuiesc în Oradea.



David şi Claudia Arp nu mai au nevoie de prezentare, fiind cunoscuţi cititorilor români prin cărţile: *Dragostea nu este o întâmplare*, *Brusc au 13 ani*, *Educaţia copilului neastâmpărat* şi *Partea a doua a căsniciei*.

ISBN 978-973-1813-07-3

9 789731 813073

EDITURA SCRIPTUM

www.scriptum.ro

De Claudia & David Arp,
la Editura Scriptum au mai apărut:

Dragostea nu este o întâmplare
Brusc au 13 ani
Educaţia copilului neastâmpărat
Partea a doua a căsniciei

Descrierea CIP a Bibliotecii Naţionale a României
BAN, ADRIAN
Vreau să mă căsătoresc / Adrian & Ema Ban, Claudia Arp. - Oradea: Scriptum, 2007
ISBN 978-973-1813-07-3

I. Ban, Emanuela
II. Arp, Claudia

265.5

Vreau să mă *căsătoresc!*

Sfaturi practice pentru tineri înainte de căsătorie şi pentru familii tinere

Adrian & Ema Ban
David & Claudia Arp

Editura Scriptum®
Oradea

Vreau să mă căsătoresc!
de Adrian & Ema Ban
şi David & Claudia Arp
Copyright © 2007 Adrian & Ema Ban
Copyright © 2002 David & Claudia Arp

© 2008 Editura Scriptum®
str. Lăpuşului nr. 28, 410264 Oradea - Bihor
Tel./Fax/Robot: 0359-412.765; E-mail: scriptum@scriptum.ro,
Pagina web: WWW.SCRIPTUM.RO

Prima ediţie
Toate drepturile rezervate asupra prezentei ediţii

Orice reproducere sau selecţie de texte din această carte
este permisă doar cu aprobarea în scris a Editurii Scriptum, Oradea.

ISBN 978-973-1813-07-3

Tiparul executat în U.E.

Cuprins

Cuvânt înainte, *Paul & Delia Negruţ* 7
Înainte de primul sfat, *Adrian & Ema Ban* 9
Înainte de primul sfat, *David & Claudia Arp* 11

Sfatul 1:
Descoperiţi-vă aşteptările 13

Sfatul 2:
Apreciaţi-vă diferenţele 29

Sfatul 3:
Învăţaţi să comunicaţi 49

Sfatul 4:
Rezolvaţi-vă conflictele 67

Sfatul 5:
Administraţi-vă finanţele 85

Sfatul 6:
Relaţia intimă – un dar pentru cei căsătoriţi 101

Sfatul 7:
Însuşiţi-vă rolurile şi responsabilităţile 115

Sfatul 8:
Încurajaţi-vă unul pe altul 135

Sfatul 9:
Pregătiţi-vă pentru un legământ pe viaţă 151

Anexă: Sfaturi pentru organizarea nunţii 165
Exerciţii practice 169
Note 207

Cuvânt înainte

Paul & Delia Negruţ

Dumnezeu este autorul familiei! Când Dumnezeu a afirmat „Nu este bine ca omul să fie singur; am să-i fac un ajutor potrivit pentru el" (Gen.2 :18), a stabilit deopotrivă şi natura şi caracteristicile vieţii de familie. Căsătoria biblică este legământul încheiat între un singur bărbat şi o singură femeie de a trăi împreună ca soţ şi soţie până când moartea îi va despărţi.

În acest legământ soţul şi soţia se relaţionează unul la altul în dragoste şi supunere. Apostolul Pavel explică modul în care dragostea şi supunerea se echilibrează în contextul planului lui Dumnezeu cu familia (Ef. 5:21-33).

Cartea *Vreau să mă căsătoresc!* oferă tinerilor perspectiva biblică în contextul culturii postmoderne. Cele două familii Adrian & Ema Ban şi David & Claudia Arp aduc înaintea tinerilor nu doar principii teoretice solid ancorate în Scriptură ci şi perspectiva experienţială a vieţii de familie.

Noutatea cărţii vine din această împletire a mărturiei a două familii cu mărturia Cuvântului lui Dumnezeu. Cuvântul Domnului şi cuvântul omului cheamă tinerii la experienţa frumoasă a unei vieţi sfinte şi fericite. Scrisă într-un stil plăcut şi accesibil, cartea este o resursă excepţională pentru pastori,

părinţi, învăţători, conducători de grupuri de studiu şi rugăciune şi mai ales pentru tinerii care doresc să aibă o căsnicie frumoasă. Familia întemeiată după Cuvântul lui Dumnezeu are asigurată binecuvântarea aici pe pământ şi răsplata veşnică în glorie.

Paul & Delia Negruţ
Oradea, Septembrie 2007

Înainte de primul sfat

Adrian & Ema Ban

Ideea unei cărţi pe această temă a apărut după mai mulţi ani de interacţiune şi consiliere cu tinerii care se aflau în prag de căsătorie. Munca noastră a constat în a-i provoca să fie sinceri cu ei înşişi în răspunsurile care şi le dau la întrebări specifice legate de viaţă şi căsătorie. Experienţa noastră, ca familie, a contribuit adesea la exemplele folosite, dar am avut şi noi, la rândul nostru, nevoie de alte modele, de surse de inspiraţie, de alţii care să ne provoace pe noi înşine să privim mai departe.

De-a lungul anilor, fiecare dintre noi privim la alţii cum îşi trăiesc viaţa şi deseori suntem în căutare de sfaturi. De aceea am conceput această carte sub forma unor sfaturi pe care le oferim celor care doresc să se căsătorească şi chiar acelora care sunt deja căsătoriţi – şi au realizat cât de mult contează cum porneşti la drum.

În cea mai mare parte, materialul prezentat aici este inspirat din ceea ce discutăm şi dezbatem la întâlnirile de consiliere premaritală. Ne-am fi dorit ca fiecare dintre voi să poată participa la un asemenea seminar în care mai multe cupluri se întâlnesc pentru a discuta lucruri importante cu privire la viitorul lor. Dar poate că unii nu vor ajunge niciodată la un asemenea seminar,

de aceea am venit în ajutorul vostru cu această carte, *Vreau să mă căsătoresc!*

Împreună cu Ema continuăm să lucrăm cu familii tinere, adică cu cei care după căsătorie doresc mai mult de la viaţă, doresc să trăiască tot mai frumos şi să aibă o căsnicie fericită. De aceea credem că această carte poate să vină şi în sprijinul celor deja căsătoriţi.

Spuneam însă că noi, la rândul nostru, avem nevoie de sprijin, ajutor şi încurajare. Le-am primit de-a lungul anilor din mai multe părţi şi de la mulţi oameni. În primul rând, Scriptura este pentru noi Cuvântul lui Dumnezeu pe care ne clădim viaţa şi gândirea. Frumuseţea este că vedem cum alţi oameni, care sunt în faţa noastră, au experimentat acest lucru. Ne gândim la părinţii noştri care ne-au învăţat multe despre viaţă şi trăirea frumoasă în căsnicie.

David şi Claudia Arp, mentorii noştri, ne-au ascultat şi sfătuit (vorbit sau scris) şi au fost dispuşi să participe la această carte cu propria lor experienţă şi cunoştinţe.

Scrierile lui Kent şi Barbara Hughes, Stuart şi Jill Briscoe, John şi Noel Pipper, Selwyn Hughes ne-au fost de un real folos.

Dorim să mulţumim cu această ocazie cuplurilor tinere cu care colaborăm, pentru dorinţa lor de a participa activ la întâlnirile noastre şi pentru susţinerea lor.

Mulţumirile noastre se îndreaptă deopotrivă şi către pastorii Bisericii Baptiste Emanuel din Oradea, pentru oportunitatea pe care ne-au acordat-o să lucrăm cu tinerii logodiţi şi familiile tinere. În mod special îi mulţumim pastorului Paul Negruţ pentru disponibilitatea de a citi manuscrisul acestei cărţi.

A Domnului să fie lauda pentru tot ce El a îngăduit în vieţile noastre!

Adi & Ema Ban
Oradea, Septembrie 2007

Înainte de primul sfat

David & Claudia Arp

Drumul pe care păşesc doi tineri înainte de căsătorie este presărat cu plimbări şi întâlniri romantice, conversaţii pline de semnificaţie care îi fac să se apropie tot mai mult unul de celălalt. Din nefericire, adesea acestea au un final brusc la puţin timp după căsătorie. Şi dacă nu imediat după căsătorie, atunci aproape sigur odată cu venirea primului copil. Dar voi nu trebuie să ajungeţi acolo, lăsând zilele frumoase din viaţa voastră să devină doar amintiri.

În această carte, *Vreau să mă căsătoresc!*, împreună cu bunii noştri prieteni Adrian şi Ema Ban, vă vom spune cum să vă pregătiţi pentru căsătorie. Totodată, am pregătit şi gânduri pentru cei care au făcut deja pasul şi se bucură de primii ani de căsnicie, dorind ca aceştia să decurgă într-un mod cât mai frumos şi plăcut.

Citiţi cu atenţie fiecare sfat şi meditaţi la el în particular, iar apoi discutaţi-l împreună – vă va fi de mare folos! Nu vă grăbiţi să luaţi decizii pripite, ci mai degrabă daţi voie ca relaţia voastră să se dezvolte armonios. Vă dorim o viaţă frumoasă şi împlinită.

David & Claudia Arp
Great Falls, Septembrie 2007

Sfatul 1

Descoperiţi-vă aşteptările

Căci Eu ştiu gândurile pe care le am cu privire la voi, zice Domnul, gânduri de pace şi nu de nenorocire, ca să vă dau un viitor şi o nădejde.

IEREMIA 29:11

Mi-am dorit mult să o surprind pe Ema în momentul în care o voi cere în căsătorie, dar nu mi-a fost deloc uşor, deoarece avea o intuiţie uimitoare. Săptămânile treceau, inelul era cumpărat, iar eu mă gândeam care ar fi momentul cel mai potrivit. În sfârşit, mi-am ales ziua şi locul. Totul urma să se desfăşoare într-o atmosferă liniştită, la un restaurant elegant din oraşul în care locuiam. Am dat telefon şi am rezervat o masă, iar acum trebuia să găsesc momentul prielnic pentru a-i dezvălui Emei o parte din planul meu. „O, da' de ce să mergem la restaurant vineri seara? Chiar atunci are loc o întâlnire cu studenţii la care îmi doresc foarte mult să fiu prezentă. Nu putem amâna nicicum? De fapt, de ce mergem?" Am simţit atunci că totul se dă peste cap, şi ceea ce urma să fie o seară de neuitat, a devenit, în urma insistenţelor ei, doar o amintire amuzantă pentru noi. Ceea ce a făcut ca în acea seară de vineri totul să fie şi mai amuzant a fost faptul că, după ce i-am dezvăluit motivul pentru care doream să mergem, şi ea a fost de acord până la urmă să sărbătorim evenimentul, în momentul în care m-am aşezat la masă, mi-am dat seama că îmi uitasem acasă portofelul. Aşadar am avut parte de emoţii!

Care e povestea voastră? A reuşit logodnicul tău să te surprindă? A fost o zi memorabilă, una pe care nu o vei uita niciodată?

Cu toate că primele ieşiri în doi sunt memorabile, aşa cum este şi ziua în care inelul îţi este pus pe deget, căsătoria nu este un eveniment de o zi. De fapt, căsătoria reprezintă o călătorie de o viaţă. În această călătorie, fiecare are ocazia să-şi arate dragostea crescândă pentru celălalt, să înfrunte viaţa împreună cu celălalt, să-i fie aproape la bine şi la greu. O căsnicie împlinită va aduce satisfacţii şi împliniri deosebite.

Probabil că şi voi vă aflaţi în stadiul pregătirii pentru o viaţă de căsnicie, şi acesta este motivul principal pentru care aţi fost interesaţi de această carte. Să ştiţi însă că multe cupluri devin neîncrezătoare în viitor atunci când mariajul lor diferă de ceea ce şi-au închipuit că va fi înainte de a spune „da". Nu este intenţia noastră să speriem pe nimeni, nici să spulberăm speranţele şi năzuinţele voastre legate de căsnicie. Ceea ce dorim este să vă ajutăm să vedeţi lucrurile aşa cum sunt şi, mai mult, aşa cum ar putea fi. Nu de puţine ori am văzut tineri care intră în acest legământ pe viaţă cu gândul că viitorul soţ sau viitoarea soţie se va schimba după ce ei se vor căsători şi vor trăi astfel fericiţi până la adânci bătrâneţi.

Am avut de asemenea cazuri în care câte un cuplu care dorea să se căsătorească, după o autoanaliză atentă, a decis că este mai bine să nu se mai căsătorească. Unul din scopurile seminarelor de consiliere premaritală este tocmai acela de a-i ajuta pe cei doi să ia o decizie bună în ce priveşte relaţia lor prezentă şi, în acelaşi timp, dacă este bine sau nu să se căsătorească. Seminarele îţi oferă posibilitatea de a-ţi reexamina şi reconfirma decizia de a te căsători sau nu. Cartea aceasta doreşte de asemenea să te ajute să iei cele mai bune decizii cu privire la căsnicie.

Care au fost aşteptările noastre?

Noi (familia Arp) am pornit pe drumul căsniciei noastre visând cu ochii deschişi şi crezând că fiecare dintre noi îşi va găsi împlinite nevoile în această căsnicie. Ne-am căsătorit în anul

1962, când eram încă studenţi. Lumea era îngrozită de criza militară din Cuba. Ruşii trimiseseră rachete pentru protecţia Cubei, iar blocada militară americană era pe poziţii. Noi eram studenţi la facultăţi diferite, în oraşe diferite – David era la Georgia Tech în oraşul Atlanta, iar Claudia în Athens, la Universitatea Georgia. Eram convinşi că dacă nu ne căsătoream cât mai curând posibil, lumea avea să sară în aer (datorită războiului) şi noi nu am fi avut niciodată şansa de a mai fi soţ şi soţie. Aşadar ne-am căsătorit. Nu am avut parte de nicio consiliere premaritală, de niciun test sau de vreo persoană cu care să vorbim deschis, aşa cum se poate face în zilele acestea. Eram pregătiţi să trăim alimentaţi doar de „dragostea" noastră mare.

După ce a trecut luna de miere şi hormonii s-au mai potolit, am descoperit foarte curând că ceea ce am crezut despre căsnicie nu se potrivea cu realitatea de zi cu zi. David crescuse într-o familie în care tatăl era militar de carieră şi a presupus că şi Claudia este tot aşa de organizată ca el. Printre primele noastre discuţii în contradictoriu, ne-o amintim pe cea legată de modul în care ne aranjam revistele pe măsuţa din camera de zi. David dorea să fie aliniate la aceeaşi distanţă unele de celelalte. Claudia le dorea împrăştiate pe masă, dând impresia unui cămin intim şi călduros. David le punea în ordine, iar Claudia le rearanja după placul ei. Un alt obicei era acela că umeraşele din dulap trebuia să fie la 3 centimetri distanţă unul de celălalt – cel puţin aceasta era opinia lui David. Pentru Claudia era suficient că hainele ajungeau pe umeraş. Astfel am ajuns repede la concluzia că fără compromis nu reuşim să mergem mai departe.

Noi (familia Ban) însă am avut ocazia să participăm la un curs de pregătire pentru căsătorie. Era organizat de College Church din Wheaton, biserica pe care o frecventam în timpul studiilor noastre făcute la Wheaton College. Aflându-ne de doi ani pe meleaguri străine, eram încă în faza de tranziţie de la amintirile de acasă la experienţele noi pe care ni le-a prilejuit cultura americană. După ce am completat individual testul *PREPARE* (Un test folosit pentru a analiza câteva domenii din viaţa celor doi, cum ar fi stilul de comunicare, relaţiile cu familia, finanţele etc.,

cu intenţia de a le sublinia celor doi aspectele în care răspunsurile lor diferă cel mai mult – n.tr.) ne-am întâlnit cu coordonatorul acelui seminar, Pastorul Mark M. Ne-a citit rezultatele şi ne-a spus că atitudinea pe care o aveam faţă de bani constituie cea mai mare discrepanţă. Dar, fiindcă noi eram convinşi că „dragostea acoperă totul", am pus o parte din acel rezultat pe seama limbii şi a diferenţelor culturale. Vom reveni asupra acestui aspect mai pe larg în capitolul dedicat finanţelor.

Şi ne-am căsătorit. Nu ne-a luat prea mult să ne dăm seama cât eram de diferiţi în ce priveşte preferinţele noastre. Adi a avut un tată foarte îndemânatic, gata oricând să repare tot ce era stricat în casă. Ema prefera ca Adi să cheme instalatorul să repare conducta, iar el să petreacă timpul cu ea, aşa cum îl văzuse pe tatăl ei făcând de-a lungul anilor. Adi vedea banii din perspectiva cuiva care a lucrat deja câţiva ani buni, Ema era încă studentă.

În cartea sa *Căsnicie sfântă*, Gary Thomas spune că „o mare parte a nemulţumirii pe care o experimentăm în căsnicie este provocată de faptul că aşteptăm prea mult de la ea. Unii dintre noi pretind prea mult de la căsătorie. Dorim să obţinem cea mai însemnată parte de împlinire în viaţă din relaţia cu partenerul nostru. Iar aceasta înseamnă că cerem prea mult."[1]

Care sunt aşteptările tale de la căsătorie? Iată câteva răspunsuri tipice:

- Aştept ca viitorul meu soţ să mă înţeleagă şi să mă încurajeze întotdeauna.
- Aştept să fiu întotdeauna fericit/fericită.
- Problemele pe care le am acum vor dispărea după ce mă căsătoresc.
- Vom fi întotdeauna deschişi unul cu celălalt şi astfel vom evita conflictele majore.
- Treburile gospodăreşti nu vor cauza disensiuni, deoarece întotdeauna le vom împărţi „frăţeşte".
- Aştept ca soţul/soţia mea să mă împlinească pe deplin şi să-şi dorească întotdeauna ce îmi doresc eu.
- Aştept să aibă încredere în dragostea mea.
- Aştept să-mi ia în considerare părerile.

- Aştept să-mi facă mereu surprize.
- Aştept să se poarte întotdeauna frumos cu mine în public.
- Aştept să fie la fel de responsabil ca mine în domeniul financiar.

După cum vă puteţi da seama şi singuri, cei care se căsătoresc cu acest gen de aşteptări ajung să fie foarte dezamăgiţi, deoarece îşi dau seama destul de repede că partenerii lor de viaţă nu pot să se ridice la nivelul aşteptărilor pe care le au ei. Aşadar, este foarte important să vorbim despre aceste aşteptări. Este greu să le facem satisfacem chiar şi atunci când sunt verbalizate, şi cu atât mai greu atunci când nici măcar nu le ştim înainte de căsătorie.

De ce te căsătoreşti?

Este o întrebare simplă, dar plină de semnificaţie. Cu toate acestea, puţini sunt aceia care îşi pun întrebarea înainte de căsătorie (mulţi se întreabă după ce se căsătoresc, dar cu o mică modificare – „de ce m-am căsătorit"?). Şi mai puţini sunt aceia care caută cu sinceritate răspunsul. Există totuşi o minoritate care găseşte un răspuns cu care va rămâne până la sfârşitul vieţii. De ce este aşa de greu să răspunzi sincer la această întrebare, iar apoi să laşi timpul să-ţi confirme dacă a fost sau nu corect acel răspuns?

De fiecare dată când ţinem un curs de pregătire pentru căsătorie, cuplurile care vin au una dintre următoarele reacţii la această întrebare:

- Ne căsătorim pentru că ne iubim.
- Mă căsătoresc pentru că am găsit persoana potrivită.
- Cred că voi fi împlinit în viaţă lîngă el sau ea.
- ...Încă nu ne-am pus această întrebare!

Sunt două aspecte importante care trebuie luate în considerare aici. Primul este legat de răspunsul oferit. Cu toate că întrebarea îi este adresată fiecăruia individual, mulţi oferă un răspuns comun (şi de obicei doar unul dintre cei doi răspunde), lucru care ne face să urmărim cu mai multă atenţie acel cuplu.

I-am întâlnit pe Marius şi Camelia în urmă cu câţiva ani în

cadrul cursului de Consiliere premaritală pe care îl ţinem la noi în biserică în fiecare an. Erau foarte atenţi la prezentarea noastră. Dar ca să înţelegeţi mai bine contextul, mai precizăm încă un aspect legat de ei: atunci când am discutat despre calendarul întâlnirilor, mi-au spus că ei nu vor putea veni la aceste seminarii, deoarece slujbele lor nu le permit acest lucru. În calitate de coordonator, le-am spus că deşi îmi pare rău, nu vom putea schimba datele şi orele întâlnirilor. Apoi i-am întrebat doar când va fi nunta lor. Mi-au spus data nunţii, după care i-am întrebat: dacă au sau nu de gând să fie prezenţi la ea. Foarte miraţi, mi-au răspuns: „Sigur că da!" „Dacă este important să fiţi la nuntă, oare nu credeţi că este important şi să vă faceţi timp pentru câteva întâlniri cu prilejul cărora veţi putea să discutaţi în linişte despre ceea ce e foarte probabil să se deruleze pe parcursul multor ani de căsnicie?" N-au răspuns atunci, dar au fost prezenţi la prima întâlnire, şi erau numai ochi şi urechi în timpul prezentării noastre. La următoarea întâlnire, când am cerut ca fiecare cuplu să ne spună care este răspunsul lor la întrebarea de mai sus, Marius ne-a mărturisit următoarele: „Într-una din serile trecute, m-am dus să-mi aştept logodnica după serviciu şi am găsit-o plângând. Am crezut că a avut probleme la lucru. Spre mirarea mea, mi-a răspuns că nu, dar că a realizat că nu avea încă un răspuns mulţumitor la întrebarea «De ce mă căsătoresc?»"

La aceeaşi întrebare, Andrei şi Ştefana ne-au răspuns cu deplină încredere următoarele: „Ne căsătorim pentru că ne iubim şi suntem convinşi că vom fi fericiţi împreună." Ambele cupluri se aflau în faţa aceleiaşi întrebări, dar aveau reacţii diferite, aşteptări diferite.

Întrerupe puţin lectura cărţii şi completează cu propriile tale cuvinte afirmaţia:

Mă căsătoresc pentru că _____

_____

_____

_____

Nu este nevoie să te opreşti când ai umplut spaţiul alocat aici. Dacă ai nevoie de mai mult spaţiu, ia o altă foaie de hârtie şi continuă-ţi acolo răspunsul. Apoi, păstrează foaia şi revino asupra răspunsului tău după câteva zile sau săptămâni. Eşti de acord cu el? S-a schimbat ceva între timp? Dacă da, pune pe o foaie de hârtie toate răspunsurile noi. Fă acest lucru de câteva ori, dar nu uita că sinceritatea cu care vei aborda acest subiect va avea o influenţă majoră asupra răspunsurilor tale.

Dorim să menţionăm aici că majoritatea tinerilor răspund la această întrebare doar din perspectiva fericirii personale. Există oare cineva care nu-şi doreşte fericirea şi împlinirea în viaţă? Aceasta este o întrebare legitimă pe care am auzit-o de multe ori. Orice om normal va dori să fie împlinit şi fericit. Prin urmare, e timpul să menţionăm al doilea aspect important, legat de scopul căsătoriei. Aşadar,

Care este scopul căsniciei tale?

Unii vor tinde să spună că nu există vreo diferenţă între această întrebare şi cea anterioară legată de motivul căsătoriei. Ei bine, se prea poate ca la început diferenţa să nu fie vizibilă. Pentru a puncta această diferenţă vom folosi următoarea relatare.

Unul din lucrurile care îi fascinau pe copiii noştri pe la vârsta de 3-4 ani a fost gara din Oradea şi trenurile care veneau şi plecau. Ori de câte ori aveam ocazia, îi luam cu mine la gară pentru a le urmări. Aceasta era şi perioada în care părinţii Emei călătoreau frecvent cu trenul, un motiv în plus de a-i lua şi pe copii la gară. Aflaţi pe peronul gării auzeam adesea o voce care anunţa plecarea sau sosirea vreunui tren. Copiii puteau auzi care erau direcţiile din care veneau sau în care plecau trenurile, precum şi numele oraşelor prin care treceau. Mai apoi vedeau cum trenul îşi făcea apariţia în gară dintr-o anume direcţie. În minutele următoare, erau anunţate alte trenuri care veneau fie din aceeaşi direcţie, fie din altă direcţie. Era destul de uşor să le explic de ce trenul de la Arad vine din partea stângă a gării iar cel de la Bucureşti vine din dreapta. A fost mai greu să înţeleagă

însă de ce trenul de la Suceava venea din aceeaşi direcţie cu cel de la Bucureşti. De fapt, ce a fost mai greu să înţeleagă era că Bucureştiul este departe de Suceava şi totuşi, trenurile din cele două direcţii ajung la noi în gară din aceeaşi direcţie. Acest lucru se datorează unei despărţiri de linie, undeva în dreptul oraşului Cluj.

Atunci când te întrebi de ce te căsătoreşti nu faci altceva decât să îţi aduni gândurile şi dorinţele intime şi să încerci să identifici care sunt motivele fundamentale pentru care vrei să te căsătoreşti. La întrebarea „Care este scopul căsătoriei voastre?" – răspunsul tău este pus faţă în faţă cu răspunsul viitorului tău partener. Dacă la prima întrebare ţi se oferă libertatea de a-ţi explora adâncurile minţii şi inimii, şi chiar eşti invitat să faci asta, acum nu faci altceva decât să realizezi în ce măsură năzuinţele tale se împletesc cu cele ale persoanei iubite. Care este de fapt destinaţia ta şi care este destinaţia ei? Simplu, nu-i aşa? Pentru unii este mai simplu decât pentru alţii. Dar nu de puţine ori am văzut cum un răspuns simplist dat înainte de căsătorie, şi care nu a luat în considerare „bifurcaţia", a condus mai târziu la „deraieri" dureroase plătite cu un preţ uriaş.

Ne aducem aminte de un cuplu ai cărui membri, întrebaţi individual cum văd căsătoria cu celălalt, au răspuns astfel: El o vedea pe logodnica lui devenind o bună bucătăreasă, gospodină şi mamă (a cel puţin 4-5 copii), dedicată în totalitate creşterii copiilor lor. Cât despre fată, ea şi-a exprimat gândurile şi năzuinţele în termenii reuşitei în carieră, ai împărţirii tuturor sarcinilor în mod egal între ei doi şi în cei ai creşterii şi educării copiilor (îşi dorea cel mult doi). Răspunsul celor doi la întrebarea noastră avea deja izul distanţării, al şinelor care urmau să se bifurce curând. Mulţi nu dau importanţă acestor lucruri pentru că sunt prea îndrăgostiţi unul de altul sau pun pe primul loc anumite interese, cum ar fi: „Trebuie să mă mărit acum, altfel viaţa mea se duce de râpă". Acest gen de răspunsuri face parte din categoria „mirajului celui necăsătorit", adică oglindesc tendinţa pe care o au unii de a crede că tot ceea ce au nevoie este să-şi găsească „aleasa" sau „alesul" şi toate celelalte probleme se vor rezolva de la sine. „Singurătatea, nesiguranţa şi îngrijorările

lor cu privire la propria valoare – toate aceste lucruri, şi nu numai, se vor topi ca prin farmec în focul pasiunii maritale".[2]

Fă acum din nou o scurtă pauză şi completează spaţiul lăsat liber cu cuvintele tale: Scopul căsătoriei noastre este:

(El scrie) _____

_____

(Ea scrie) _____

_____

Bineînţeles că sunt cupluri care, conştient sau nu, reuşesc să-şi stabilească un fir roşu călăuzitor pentru căsnicia lor, un scop suficient de clar pentru a putea merge împreună înainte. Ne amintim de Gelu şi Diana, care în urma seminarului nostru şi după o verificare individuală sinceră a scopului căsniciei, au ajuns la concluzia că este bine să meargă înainte – că scopul unuia este atât de apropiat de al celuilalt încât cele două se contopesc şi formează un scop comun.

Care sunt aşteptările tale?

Vă identificaţi cu exemplele şi afirmaţiile de mai sus? Primul set de întrebări pe care îl veţi avea de completat împreună ca aplicaţie practică (temă de casă) după citirea acestui capitol vă va oferi prilejul de a aşterne pe hârtie aşteptările voastre şi de a discuta aspectele care vi se par cele mai importante. Când Dana şi Mihai şi-au comparat listele, au văzut cât de diferite erau aşteptările lor. Pentru ea, îmbrăţişarea era foarte importantă. De fapt, fără aceasta, s-ar fi topit. Pe de altă parte, pentru Mihai era important ca ea să se accepte aşa cum este, lucru care nici nu a apărut pe lista ei. Compararea listelor înainte de căsătorie a fost de mare folos. Au înţeles că va trebui să depună efort pentru a-şi ajusta aşteptările. De asemenea, căsnicia lor urma să fie mai bogată dacă erau luate în considerare aşteptările amândurora. Mihai a înţeles dorinţa Danei, iar Dana a apreciat părerea lui sinceră şi s-a văzut pe sine însăşi cu alţi ochi.

La rândul vostru, şi voi puteţi să beneficiaţi de pe urma acestui exerciţiu, înţelegându-vă aspiraţiile, visele şi aşteptările, adesea atât de diferite unele de celelalte, cu atât mai mult cu cât aveţi posibilitatea înainte de a vă căsători.

Dacă sunteţi deja logodiţi, rugăciunea noastră este ca, pe măsură ce veţi parcurge întrebările de la finalul fiecărui capitol, să ajungeţi să vă cunoaşteţi şi să vă înţelegeţi mai bine unul pe celălalt. Acest lucru vă va fi de mare folos, mai ales după ce veţi spune „da". Dacă nu sunteţi logodiţi, ci doar într-o relaţie serioasă de prietenie, sperăm ca aceste exerciţii să vă ofere prilejul de a descoperi aspecte noi pe care nu le-aţi discutat până acum şi să vă facă să vedeţi şi mai clar ce decizii trebuie să luaţi pe viitor.

Dar înainte de a trece la întrebări, să ne uităm puţin la trecut şi la relaţia de care vă bucuraţi în prezent.

Amintiri de neuitat

Haideţi să călătorim puţin pe tărâmul amintirilor şi să ne oprim la ziua în care v-aţi cunoscut. Vă mai aduceţi aminte unde eraţi? Noi, familia Arp, nu vom uita niciodată ziua în care am făcut cunoştinţă.

Eu aveam 13 ani, iar David, care avea 15, m-a aruncat în piscină cu hainele pe mine! Ei bine, nu atunci ne-am îndrăgostit, ci la câţiva ani după acest incident, când eu am terminat liceul. David şi-a petrecut prima lui vară ca student la bunica sa din Ellijaz, orăşelul din nordul statului Georgia, unde am crescut eu. O cunoştinţă comună ne-a prezentat unul altuia, şi a fost aproape dragoste la prima vedere (dacă nu ţinem cont de prima „întâlnire" şi de hainele ude). David era acelaşi tânăr impulsiv, dar şi drăgăstos şi iubitor de aventură. Pe lângă toate acestea, era student!

Pentru David, vivacitatea Claudiei, dragostea ei de viaţă şi sclipirea din ochi au fost irezistibile. După trei săptămâni am început o prietenie de lungă durată şi nu ne-am mai uitat niciodată înapoi (şi nici la alţii).

Este bine din când în când să vă uitaţi în urmă şi să vă amintiţi

ziua în care v-aţi îndrăgostit unul de celălalt. Amintirile ne ajută să înţelegem cât de importantă este căsătoria şi motivele pentru care ne dorim să crească şi să devină tot mai frumoasă.

Sărbătoriţi prezentul

Din experienţa celor peste 25 de ani de lucrare în cadrul familiei, noi, familia Arp, am observat adesea că tinerii logodiţi îşi petrec o bună parte a timpului planificând ziua nunţii. Din păcate, de multe ori, această preocupare intensă îi duce la epuizare, cei doi nemaiavând energia necesară pentru a-şi clădi şi consolida relaţia. De aceea, le adresăm trei întrebări care să îi ajute să aprecieze relaţia lor din prezent.

Prima întrebare este legată de aspectele pozitive ale relaţiei: „Ce este extraordinar în relaţia pe care o avem acum?" Acestea sunt atributele pentru care trebuie să fiţi mulţumitori acum. Probabil vă străduiţi din răsputeri să vă exprimaţi deschis sentimentele, sau sunteţi mereu gata să-i spuneţi celuilalt un cuvânt de încurajare. Ambele sunt nemaipomenite!

Maria şi Gabi sunt logodiţi. Când le-am pus această întrebare, iată ce au răspuns:

- Avem interese similare.
- Credinţa în Dumnezeu este foarte importantă pentru amândoi.
- Ne simţim bine împreună, ne distrăm împreună.
- Suntem deschişi unul cu altul în situaţiile dificile prin care trecem şi ne ajutăm unul pe altul să le rezolvăm.

A doua întrebare pe care o punem, este aceasta: „Ce merge bine în relaţia voastră, dar ar putea merge şi mai bine?" Un lucru pe care l-a menţionat Maria este lipsa de promptitudine a lui Gabi. Când îl roagă ceva, adesea el are nevoie de câteva minute pentru a-i putea răspunde. Fiind o fire analitică, Gabi nu înţelege de ce Mariei îi trebuie un răspuns imediat.

A treia întrebare este legată de nevoia de schimbare: „Ce

anume ar fi bine să schimbaţi la relaţia voastră pentru ca aceasta să meargă şi mai bine?" Gabi a înţeles că dacă îi aduce mereu aminte Mariei că are nevoie de mai mult timp pentru a-i da un răspuns, iar Maria lucrează la răbdarea ei, probabil tensiunea va scădea în intensitate.

Cu privirea înainte – sărbătoriţi viitorul

Pe tot parcursul acestui capitol, am menţionat adesea nevoia de-a avea un scop al căsniciei. Din experienţa noastră, multe cupluri anticipează acest scop, precum şi realizarea lui în viitor. Aşadar, acum este momentul cel mai potrivit pentru a parcurge paşii care să vă asigure un viitor bazat pe principii solide.

Cu câţiva ani în urmă, am făcut un sondaj de opinie şi am descoperit trei elemente comune pe care le aveau cuplurile căsătorite de mai mulţi ani şi care se bucurau de vitalitate şi o dezvoltare armonioasă. Elementul de importanţă majoră era relaţia dintre ei, amândoi acordând mare atenţie acesteia. Pe locul al doilea se situa dedicarea lor pentru îmbunătăţirea relaţiei şi disponibilitatea de a efectua schimbările care se cereau făcute din când în când. Iar în al treilea rând, aceste cupluri erau mereu interesate să se implice în activităţi comune.

Puneţi relaţia voastră pe primul loc

„Dar e de la sine înţeles că asta facem!", ne-aţi răspunde acum. Da, e adevărat. Însă nu uitaţi că după ce veţi spune „da", viaţa continuă pe făgaşul ei şi vor apărea slujbe interesante, copii care cer atenţie pe parcursul celor 24 de ore, hobby-uri atractive, sau diverse oportunităţi de slujire în cadrul bisericii din care faceţi parte. Toate acestea se vor „bate" pentru timpul vostru. Pe parcursul căsniciei voastre, va trebui să faceţi efortul de a vă concentra atenţia unul asupra altuia şi, mai mult de-atât, de a vă asigura zilnic o relaţie sănătoasă pe verticală.

Majoritatea celor căsătoriţi de puţin timp ne-ar da dreptate, însă uneori, cu trecerea anilor, lucrurile iau o altă turnură. Dragostea îţi cere multă atenţie. În acest context, poate fi

asemănată cu o jonglerie: unele lucruri le putem ţine sub control, cu altele trebuie să jonglăm. Gândiţi-vă la prezent. Dacă cineva ar analiza relaţia voastră şi ar „desface-o" strat cu strat, dând la o parte activităţile în care sunteţi implicaţi, ce ar găsi dedesubt? Vă simţiţi responsabili de felul cum vă petreceţi timpul? Sunteţi gata să renunţaţi în favoarea celuilalt?

Dedicaţi-vă creşterii

O căsnicie de succes implică o dedicare activă cultivării şi dezvoltării relaţiei dintre cei doi. Dacă nu vă dedicaţi acestui lucru, veţi renunţa mult prea uşor când apar primele probleme. Chiar şi cei proaspăt căsătoriţi ştiu că ele apar uneori în primele zile de după nuntă. Toţi trecem prin perioade mai dificile în căsniciile noastre, dar diferenţa dintre o căsnicie solidă şi una mai puţin solidă (sau şubredă) o constituie modul în care cei doi se dedică creşterii şi aprofundării relaţiei lor.

Această dedicare implică mult mai mult decât simplul fapt că stăm „sub acelaşi acoperiş" la bine şi la greu. Apare de asemenea o implicare activă în problemele noi care se ivesc în viaţa celuilalt. Ne aducem aminte de Elena şi Călin, un cuplu cu care am petrecut mai mult timp discutând despre aceste aspecte ale căsniciei. „Deşi suntem căsătoriţi numai de trei ani, ne-am schimbat mult amândoi. Dacă vom continua acest proces de schimbare, mi-e teamă că peste alţi trei ani nu vom mai avea multe de împărţit" – ne-a mărturisit Elena.

Nu puţini sunt cei pe care îi încearcă acelaşi fel de sentimente. Am observat adesea că aceia care nu sunt dedicaţi creşterii împreună vor avea o căsnicie mediocră. Din păcate, deşi au avut multe interese comune la început, fie nu au fost atenţi cu timpul lor, fie au renunţat (motive se găsesc întotdeauna) să mai petreacă un timp de calitate împreună. De cele mai multe ori, totul începe cu o decizie greşită. Nouă, familiei Ban, ne place să facem o analogie între o clădire şi o căsnicie, atunci când ne adresăm cuplurilor care participă la seminarele de consiliere premaritală. Ce se întâmplă cu mica fisură din perete căreia nu i se dă atenţia cuvenită? Se repară de la sine? Nu, niciodată. Ci cu

cât fisura va fi reparată mai repede, cu atât reparaţia va fi gata mai repede şi costurile vor fi mai mici. Dar cu cât va fi neglijată mai mult timp, cu atât reparaţia va dura mai mult şi costurile vor fi mai mari. Tot aşa şi în familie: cu cât acorzi mai devreme atenţie problemelor şi diferenţelor de opinie, cu atât acestea vor fi rezolvate mai uşor şi nu se vor amplifica. Făcând acest lucru, mai eviţi un pericol: acela de a nu se ajunge în punctul în care să nici nu mai merite să repari fisura, întrucât pereţii opuşi sunt deja la pământ.

Fiţi una

Cei care înţeleg că legământul lor este unul de durată, şi nu de moment, sunt cei care găsesc cheia succesului în căsnicie. Aşa cum depunem efort pentru a fi mai buni în plan profesional, ni se cere să fim gata să facem la fel în cadrul familiei. Din păcate, ne lovim zilnic de aspecte care concurează la atenţia noastră. Însă acestea trebuie evitate cu orice preţ. Dacă am fost în pragul epuizării fizice datorită unui proiect la care ne-am angajat pe lângă slujba pe care o avem, va trebui să ţinem minte că va fi mai bine ca data viitoare să spunem „nu" (mai uşor de spus decât de făcut!). Când vă veţi afla în faţa unei decizii, fiţi gata să vă puneţi următoarea întrebare: „Ne va apropia acest lucru unul de altul, fiind în armonie cu dorinţa noastră de a fi una, sau va duce la distanţare?" De multe ori a învăţa să spui „nu" e o adevărată binecuvântare!

Am fost şi noi (familia Ban) în situaţia de a spune „nu" de câteva ori, dar ne aducem cel mai bine aminte de una dintre împrejurări. Era în luna noiembrie a anului 2002, cu câteva săptămâni înainte Crăciun. În vara acelui an, deşi aveam un bebeluş de trei luni şi un băieţel de nici doi ani, am decis să zugrăvim camerele casei noastre. Vara a trecut destul de repede şi, la oboseala acumulată stând nopţile lângă micuţul Thomas, am adăugat şi stresul provocat de aceste lucrări şi de permanenta alergare după materiale. Se făcuse octombrie, iar proiectul nu era încă finalizat. În tot acest timp, Adi s-a întrebat cum ar fi să profite de faptul că aveam oricum muncitori în casă

şi să-şi facă mult-dorita mobilă de birou. Fiind timp de mai mulţi ani studenţi în afara ţării, nu avusesem niciodată un mobilier adecvat pentru birou, iar acum el avea posibilitatea să remedieze acest lucru. A luat legătura cu un tâmplar, care a venit, ne-a făcut câteva schiţe şi ne-a spus de unde putem să cumpărăm materialele necesare. În tot acest timp, Ema avea „noduri" în stomac. Gândul terminării proiectului cu zugrăvitul camerelor, după care urma o curăţenie finală, era copleşitor dar totuşi îmbucurător. Acum toată această bucurie era umbrită de ideea unui nou proiect. Într-o dimineaţă, ca soţie, am simţit că trebuie să avem o discuţie. I-am mărturisit atunci lui Adi că eram atât de obosită, încât nu-mi doream altceva decât linişte. Cred însă că a înţeles şi mai bine ce voiam să-i spun atunci când a auzit fraza următoare: „Sunt atât de obosită, încât dacă nu renunţăm la ceva, cred că nu doresc nici brad şi nici să împodobesc casa pentru Crăciun!" Aceste ultime cuvinte i-au atras atenţia. Deşi ţinea mult la proiectul lui, şi poate că acesta era unul pe care îl aşteptase sau şi-l dorise de foarte mult timp, a fost gata să renunţe, să ia o decizie care să întărească relaţia noastră.

La rândul vostru, puteţi să vă concentraţi atenţia asupra nevoilor celuilalt. Cu cât vă ajutaţi reciproc mai mult, cu atât căsnicia voastră va înflori. Dacă veţi îngădui ca resentimentele, insultele, lipsa de încredere sau chiar încălcarea jurămintelor să-şi facă loc în căminul vostru, veţi pierde din vedere frumuseţea căsniciei pe care a instituit-o Dumnezeu.

Acum, la început, aveţi posibilitatea de a pune bazele unei căsnicii de durată. Sunteţi gata să o faceţi?

Sfatul 2

Apreciaţi-vă diferenţele

În smerenie, fiecare să privească pe altul mai presus de el însuşi.

FILIPENI 2:3

Diferenţele dintre noi au ieşit repede la iveală după nuntă. În perioada în care am fost logodiţi, făceam orice doar ca să fim împreună. Deşi mersul la cumpărături nu era neapărat activitatea mea favorită, am petrecut mult timp pe la magazine în compania viitoarei mele soţii. După ce ne-am căsătorit însă, preferam să stau acasă.

Mi-aduc şi-acum aminte de o sâmbătă dimineaţa când scumpa mea soţie mi-a spus că are nevoie de o pereche de sandale. Mi-am zis: „Nu ar trebui să dureze prea mult. Intrăm în două-trei magazine şi într-o oră suntem înapoi acasă". Adevărat? Nici vorbă! Când soţia mea intră într-un complex de magazine, consideră un „păcat" să nu viziteze toate standurile, fie ele cu haine, vase de bucătărie, articole de uz casnic şi aşa mai departe. Aşadar, până la „destinaţia finală", adică magazinul de încălţăminte, s-au făcut multe „halte", toate extrem de necesare! În interior, mă simţeam ca o oală în clocot, gata să dea în foc...

Şi noi, familia Ban, avem multe istorisiri amuzante de acest fel. Asemeni cuplului de mai sus, înainte de nuntă încercam să petrecem cât mai mult timp împreună, şi, aflându-ne în

America, magazinele erau un loc preferat. După nuntă însă, întrebarea favorită a lui Adi a devenit destul de curând: „Ce ne trebuie de la magazin şi cât stăm? Ai nevoie de mine, sau te descurci singură?" sau „Avem o listă cu ce vrem să cumpărăm?" După 13 ani de căsnicie, am învăţat că suntem diferiţi în ce priveşte modul în care „abordăm" magazinele şi ne respectăm preferinţele. Ştiu că dacă-mi doresc mult ca Adi să vină cu mine (şi credeţi-mă, vine des cu mine, iar în perioada când copiii erau mici se descurca foarte bine şi singur!) trebuie să am o listă mai scurtă şi obiective concrete.

Suntem diferiţi?

De unde apar diferenţele dintre noi? Sunt acestea nişte diferenţe datorate sexului sau personalităţilor noastre? S-au făcut multe studii în acest domeniu, iar rezultatele scot în evidenţă diferenţele dintre bărbaţi şi femei, atât pe cele fizice, cât şi pe cele emoţionale.

Da, suntem într-adevăr diferiţi. Dumnezeu ne-a creat să fim diferiţi. Eva nu a fost un alt Adam. În Geneza 1:27, citim că „Dumnezeu a făcut pe om după chipul Său, l-a făcut după chipul lui Dumnezeu; parte bărbătească şi parte femeiască i-a făcut." Dumnezeu ne-a creat diferit şi totuşi împreună suntem o reflecţie a chipului Său. Bărbaţii şi femeile sunt creaţi ca să fie complementari. Acesta este şi scopul căsătoriei: completare şi nu competiţie, prin aprecierea diferenţelor dintre noi.

În cartea *Fighting for Your Marriage*, autorii menţionează anumite aspecte legate de studiile care s-au făcut pe tema acestor diferenţe. Ei ne atrag însă atenţia că atunci când se vorbeşte despre diferenţe, se iau în considerare cele care sunt mai cunoscute şi mai des întâlnite. Mai mult, tot studiile arată că „diferenţele dintre sexe au fost exagerate... în ceea ce priveşte căsnicia şi familia; bărbaţii şi femeile au păreri mult mai asemănătoare decât s-a crezut." Sfatul lor pentru cei care doresc o căsnicie fericită este „să se focalizeze nu asupra diferenţelor dintre ei, ci asupra modului în care se raportează la ele."[3]

Contrariile se atrag?

„Firile opuse se atrag", ni s-a spus mereu... E valabil şi pentru voi? Care sunt diferenţele dintre voi cele mai fascinante? Dacă ne gândim la perioada în care ne-am cunoscut, ne dăm seama că ceea ce ne-a atras pe noi au fost tocmai aceste diferenţe dintre noi...

Eu îmi amintesc şi acum cât de atrasă am fost de tânărul minunat, liniştit, uşor de mulţumit, căruia îi plăcea să stea şi să mă asculte ore în şir. Simpla lui prezenţă mă relaxa şi mă făcea să pierd noţiunea timpului. Era atât de amuzant şi era atât de absorbit de mine, încât eram de-a dreptul entuziasmată de el!

Eu (David) fusesem atras de fata plină de energie şi entuziasm, care era Claudia. Era într-o mişcare continuă şi întotdeauna avea undeva de mers şi pe cineva de văzut. De aceea, am fost nevoit să o sun de mai multe ori până s-o găsesc acasă şi să-i propun o întâlnire. Hotărât lucru, viaţa alături de ea n-avea cum să fie plictisitoare!

Sună bine? Eram oare perechea ideală? Da, cel puţin până la căsătorie. În acea perioadă, fiecare zi era o aventură. Calmul şi interesul lui David echilibrau şi completau viaţa frenetică dusă de mine. „Ochelarii" de îndrăgostiţi pe care îi purtam nu ne-au împiedicat să constatăm diferenţele dintre noi, dar ni se părea firesc să ne concentrăm asupra aspectelor pozitive.

Au venit apoi nunta, luna de miere... după care, la scurtă vreme, au apărut realităţile vieţii şi problemele inerente unui cuplu care încearcă să supravieţuiască, fiind şi studenţi pe deasupra şi având un buget redus. Romantismul, deşi prezent încă, începea să intre în conul de umbră al vieţii reale.

Eu am preferat să redefinesc personalitatea calmă şi retrasă a lui David ca lipsă de interes şi motivaţie. Indiferent ce încercam să fac, nu reuşeam să-l scot din carapacea lui, nici să-i schimb ritmul... El se mulţumea să-şi petreacă serile în casă, în linişte, în faţa televizorului sau cu o carte în mână. Ce plictisitor!

La rândul lui, David nu înţelegea de ce soţia lui (adică eu) trebuia să fie întotdeauna ocupată. Pentru ea, până şi nevinovata moţăială după amiază era pierdere de vreme!

Te iubesc. Eşti partenerul ideal. Acum schimbă-te!

La început, am încercat să ne schimbăm unul pe celălalt, dar n-a mers. Am devenit şi mai critici faţă de diferenţele dintre noi, iar legătura noastră devenise de-a dreptul tensionată.

Cam în acelaşi timp, am schimbat locul de muncă, pentru care a fost nevoie să facem o serie de teste psihologice. Încă ne amintim ziua în care am completat acele fişe! David nu s-a omorât cu firea şi le-a completat în timp ce viziona un meci de fotbal. Eu, în schimb, am citit cu mare atenţie fiecare întrebare şi am analizat-o pe fiecare în parte, iar mai apoi în ansamblu...

Săptămâna următoare, am fost programaţi la cabinetul domnului doctor Blaudau, psiholog, reputat specialist în domeniu. L-am găsit aşezat la biroul lui, cu fişele noastre în faţă, comparând rezultatele testului. „David, iată care sunt punctele tale forte!" Pe măsură ce le enumera, lui David îi creştea inima. Dar a auzit apoi şi urmarea: „...Iar acestea sunt punctele tale slabe!" Deşi nu i-a fost deloc uşor să le audă enumerate, David a fost nevoit să recunoască faptul că dr. Blaudau avea dreptate!

Am urmat apoi eu... Dr. Blaudau mi-a spus şi mie care-mi sunt calităţile şi defectele. Apoi şi-a ridicat privirea, s-a uitat la amândoi, rostind cu siguranţă: „David şi Claudia, acestea sunt domeniile în care sunteţi de acord, iar acestea sunt cele în care aveţi probleme." Am rămaşi surprinşi de exactitatea cu care ni le-a înşirat! Parcă ar fi fost cu noi zi de zi, în ultimii ani... Aproape instantaneu, respectul nostru pentru testele psihologice a crescut cu 300%! Nelăsându-ne nicio clipă de răgaz, ne-a lansat apoi ceea ce avea să rămână una dintre cele mai constructive provocări ale vieţii noastre: „David, probabil că ai văzut că punctele tale slabe sunt punctele forte ale Claudiei... iar tu, Claudia, că defectele tale sunt calităţile lui David! În măsura în care veţi consimţi să cooperaţi pe baza punctelor forte, fără a vă lăsa ameninţaţi de succesul celuilalt, aveţi un potenţial extraordinar pentru o căsnicie cu adevărat reuşită!"

Ne-ar fi plăcut să vă putem spune că îndată ce am părăsit biroul domnului dr. Blaudau lucrurile s-au schimbat în bine – dar n-a fost aşa! Nu este uşor să accepţi că punctele tale slabe

sunt punctele forte ale celuilalt, şi invers! Ne-a luat mult timp şi efort, iar uneori ni se părea că nu facem ce trebuie, dar eram decişi să luăm în serios sfatul domnului dr. Blaudau şi provocarea pe care ne-a lansat-o. Eram conştienţi că numai aşa vom izbuti şi vom deveni o familie unită şi, aşadar, puternică!

Exerciţiul echilibrului

Suntem siguri că vă mai amintiţi ce ne-a spus nouă, familiei Ban, Pastorul Mark atunci când ne-a adus înapoi testele *PREPARE*. Eram foarte diferiţi în ce priveşte modul în care ne relaţionam la bani. Atunci am pus o parte din rezultat pe seama diferenţelor dintre cultura românească şi cea americană (de exemplu, în anul 1994, când am completat noi acele fişe, în România nu existau încă bănci care să le ofere carduri de credit persoanelor fizice, iar câteva dintre întrebări vizau acest subiect). După căsătorie însă, ne-am dat seama că testul avusese mai multă dreptate decât am fost noi gata să recunoaştem. Oricât de mult timp petrecuserăm departe de casă înainte de a ne căsători, studenţi fiind în Statele Unite ale Americii, modul în care fuseserăm crescuţi, precum şi preferinţa pentru un anumit mod de a cheltui banii şi-au spus cuvântul şi au ieşit „scântei". Ema crescuse într-o familie în care ambii părinţi au lucrat. Mai mult, era mezina familiei, iar pe când s-a născut ea, familia străbătea o perioadă mai liniştită din punct de vedere financiar. Deşi mama ei era un bun administrator al resurselor, Ema reuşea adesea să vină acasă cu păpuşa favorită, chiar dacă aceasta nu figurase pe lista de cumpărături! Adi, deşi tot cel mai mic copil al familiei Ban, a fost învăţat cu economiile. Doar tatăl lui lucra, iar mama avea grijă de casă şi familie. Ea era responsabilă de bugetul familiei şi ştia să-şi chivernisească banii şi să-i împartă astfel încât necesarul zilnic să fie asigurat. Ne-a luat câtva timp să înţelegem că este nevoie de renunţare pentru ca lucrurile să meargă bine şi căsnicia noastră să înflorească, dar putem spune că acesta este un domeniu la care încă mai trebuie să lucrăm.

Pe măsură ce veţi înainta în acest capitol, veţi fi încurajaţi să vă analizaţi punctele tari sau calităţile, precum şi defectele. De

cele mai multe ori, schimbarea e mai uşoară atunci când îţi conştientizezi defectele şi te poţi chiar bucura de alegerile pe care le faci ca urmare a acestui fapt. Mai mult, apreciind şi respectându-vă preferinţele personale, veţi învăţa cum să transformaţi criticile în sugestii politicoase.[4]

Evaluaţi-vă calităţile personale

Vă încurajăm să vă identificaţi, să vă acceptaţi şi să vă evaluaţi punctele forte, dar şi pe cele slabe, fapt ce vă va ajuta să cooperaţi mai eficient, mai ales acolo unde sunteţi stăpâni pe situaţie.

Puteţi începe, aşadar, procesul de identificare a punctelor forte ale cuplului vostru. Ele vă vor ajuta să vă echilibraţi şi să vă completaţi reciproc, în măsura în care nu vă veţi simţi ameninţaţi de ele. Un alt element-cheie este să lucraţi în armonie, mai ales atunci când punctele voastre forte coincid sau sunt foarte asemănătoare.

Gândiţi-vă apoi la aspectele în care sunteţi diferiţi. David este liniştit şi nu este pretenţios. De asemenea, îi place să lucreze noaptea până târziu. Eu sunt într-o continuă activitate, atentă la trecerea timpului, şi mă trezesc înainte de răsăritul soarelui!

Cu siguranţă aveţi şi aspecte în care vă asemănaţi! Noi, de exemplu, avem aceleaşi valori morale. În plus, ne place spiritul de aventură, suntem spontani şi totdeauna în căutare de lucruri noi şi inedite.

Cum ar putea diferenţele dintre voi să dea stabilitate şi substanţă relaţiei voastre conjugale? Există domenii în care să fiţi atât de asemănători, încât acest lucru să se-ntoarcă împotriva voastră? De exemplu, dacă niciunul dintre voi nu are bine definită noţiunea timpului, vă va fi foarte greu să fiţi punctuali!

Descoperiţi calităţile cuplului vostru

Ca să putem clădi o căsnicie trainică, trebuie să învăţăm cum să profităm de punctele noastre forte, dar şi de cele slabe. În paginile următoare, vom prezenta câteva axe continue, pe care

sunt punctate câteva caracteristici umane. Urmăriţi-le şi gândiţi-vă la căsnicia voastră. La extremităţile axelor se află punctele forte şi punctele slabe, avantajele şi dezavantajele. Nu contează atât de mult unde vă situaţi fiecare în parte, cât faptul că veţi înţelege că oamenii sunt diferiţi. Plasându-vă în locul potrivit pe fiecare axă, veţi putea să vă identificaţi „activele" şi să vă ajutaţi unul pe celălalt.

O calitate sau alta poate prezenta variaţii în funcţie de gen, dar asta nu înseamnă că trebuie să plasăm automat bărbaţii la un capăt al axei şi femeile la celălalt. Suntem fiinţe prea complicate ca să putem fi limitaţi în acest fel. De asemenea, câteodată ne putem regăsi în diverse alte poziţii pe axe. De exemplu, poate că în unele conjuncturi eşti exuberant şi extrovertit, în altele liniştit şi interiorizat. Chiar dacă personalitatea umană şi relaţiile dintre oameni sunt extraordinar de complexe, totuşi aceste „diagrame liniare" vă oferă posibilitatea de a vă cunoaşte mai bine, atât individual, cât şi în relaţia cu celălalt. Imaginaţi-vă că fiecare diagramă este o balanţă, iar voi sunteţi plasaţi în cele două talere. Care este modalitatea cea mai eficientă de a ajunge la echilibru? Acolo unde aveţi caracteristici sau stiluri asemănătoare şi balanţa e trasă de amândoi în aceeaşi parte, va trebui să vă gândiţi la metode de compensare.

Prima diagramă la care ne vom uita este axa sentimente-fapte.

Emoţional – raţional

Persoana condusă de sentimente îşi exprimă cu uşurinţă emoţiile şi sentimentele. Persoanele de acest gen se simt bine într-o atmosferă cât mai destinsă, iar dacă se ivesc probleme sau tensiuni, cel care se ghidează după sentimente va încerca din răsputeri să le elimine. Dorinţa sa este de a soluţiona conflictul, ca „să nu apună soarele peste mânia" prezentă. Această persoană are în permanenţă nevoie de reacţia şi părerea celuilalt. Prin urmare, persoana concentrată asupra sentimentelor este atrasă mai degrabă de relaţii, decât de fapte.

Persoana concentrată asupra faptelor caută să-şi exprime ideile şi să comunice informaţii concrete, şi mai puţin să-şi

dezvăluie sentimentele. Nu-i place să fie pusă în faţa unor sentimente mai puţin plăcute şi nu se simte bine atunci când subiectul e de natură emoţională. Preferă mai mult liniştea şi pacea, decât să se confrunte cu sentimentele. Acest tip de persoană urmăreşte mai degrabă scopuri, decât persoane.

Prietenul nostru Ed este un asemenea tip orientat spre fapte. El ţine minte toate evenimentele petrecute în ultima excursie: cât au costat biletele, la ce oră au ajuns la hotel... Nu scapă aproape nimic din aspectele concrete ale vieţii. Soţia lui, în schimb, este condusă de sentimente şi-şi aminteşte oricând bucuria pe care i-au declanşat-o plimbările în mijlocul naturii, dar şi stresul pricinuit de schimbarea în ultima clipă a biletelor de tren. Pentru ea, totul poartă marca sentimentelor pe care le încearcă în fiecare moment.

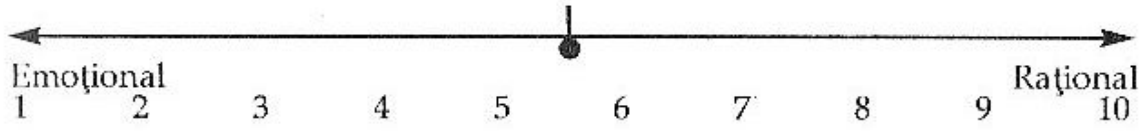
La ce vă ajută aceasta?

Închipuiţi-vă că încercaţi să găsiţi o soluţie la o anumită problemă. Unul dintre voi este orientat spre fapte, iar celălalt spre sentimente. Ei bine, puteţi beneficia de pe urma perspectivelor voastre diferite. Pentru că, dacă o decizie este luată ţinându-se cont doar de sentimente, veţi întâmpina probleme. Pe de altă parte, bazându-vă numai pe informaţie, pe cunoaştere, ar exista posibilitatea să ignoraţi câteva aspecte importante.

Gândiţi-vă la un cuplu care încearcă să găsească şcoala potrivită pentru copilul lor de şase ani. Dacă hotărăşte doar cel interesat de fapte, atunci factorii esenţiali care sunt luaţi în considerare sunt costurile, amplasarea şcolii, cât de convenabil este orarul sau cum se raportează învăţătorul la părinţi. Dacă decizia este lăsată în seama partenerului condus de sentimente, ea va depinde preponderent de factorii subiectivi: aspectul claselor, cât de competenţi sau grijulii sunt învăţătorii, care sunt atitudinea şi dispoziţia celorlalţi copii. După cum vedeţi, toate aceste elemente sunt importante şi necesare pentru a lua o decizie bună şi echilibrată. Niciuna dintre abordări nu putem spune că este mai mult sau mai puţin importantă decât cealaltă!

Ceea ce vă poate ajuta să găsiţi soluţia optimă în relaţia

voastră conjugală este să identificaţi cu precizie, pe diagramă, locul în care vă aflaţi. Lăsaţi totul de-o parte şi faceţi lucrul acesta chiar acum... Stabileşte-ţi locul, iar apoi pe cel al partenerului tău!



Cât de echilibrată este balanţa? În cazul nostru, David este cel condus de sentimente, pe când eu mă concentrez mai mult asupra faptelor. Pentru că este mai sensibil din punct de vedere emoţional, lui David i-a fost mult mai simplu să-i înţeleagă pe băieţii noştri, mai ales în perioada adolescenţei. Eu, în schimb, am fost cea care am menţinut familia pe „linia de plutire", şi asta datorită stilului meu raţional de abordare a lucrurilor. Exersându-ne calităţile de soţi şi părinţi, ne-am dat seama că deciziile noastre erau mai bune atunci când luam în considerare atât sentimentele, cât şi faptele. Ambele perspective sunt la fel de importante!

La noi, familia Ban, lucrurile stau exact invers, sau exact aşa cum e de aşteptat să fie. Adi este cel orientat înspre fapte, iar Ema balansează în direcţia sentimentelor.

Dar ce se poate face atunci când ambii parteneri sunt la acelaşi capăt al axei? Dacă, de exemplu, sunteţi conduşi de sentimente, foarte uşor vă veţi lăsa duşi de valul emoţional şi veţi ignora faptele. Ca prietenii noştri Carla şi Fred, care şi-au dorit foarte mult o maşină şi până la urmă au ales una mult prea scumpă pentru ei, care în final i-a stors de bani. Maşina era performantă, nimic de zis, dar şi rata lunară era copleşitoare! Aşa că data viitoare, când vor mai avea de făcut asemenea cumpărături, vor analiza cu atenţie toate implicaţiile şi vor decide, înainte să încheie tranzacţia, care este suma maximă pe care şi-o pot permite.

Pe de altă parte, puteţi ajunge în impas şi dacă amândoi vă concentraţi numai asupra faptelor, pentru că nu este deloc

înţelept să vă bazaţi în luarea deciziilor numai pe informaţii. Adesea trebuie să luaţi în considerare şi factorii emoţionali negativi; dacă Fred şi Carla ar fi luat în considerare doar faptele, probabil că ar fi ajuns să cumpere maşina pe care şi-o puteau permite, dar pe care nu le-ar fi plăcut s-o conducă! Aşadar, atunci când vă aflaţi în faţa unei decizii importante, e indicat să discutaţi atât aspectele raţionale, cât şi pe cele emoţionale ale problemei. Dacă e mai uşor cu primele, în schimb domeniul sentimentelor este mai greu de analizat, mai ales că unele sentimente ies destul de greu la iveală.

Introvertit – extrovertit

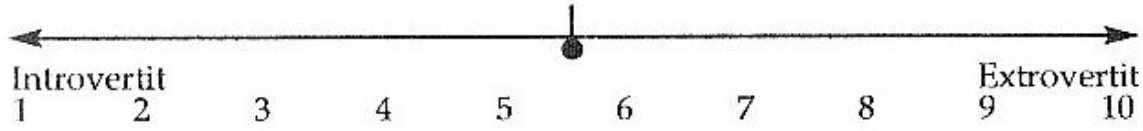
Acestea sunt extremele unei alte diagrame. Celor retraşi (introvertiţi) le place să fie lăsaţi în pace şi să-şi petreacă timpul doar în doi. Se simt stingheri în grupuri mari. Jay şi Laura, amândoi cu o asemenea personalitate retrasă, s-au numărat printre participanţii la unul dintre seminarele noastre. Pentru ei, ar fi fost ideal să locuiască pe o insulă pustie şi să nu aibă deloc de-a face cu alţii!... Făceau tot ce le stătea în putinţă să-şi protejeze intimitatea, deşi ar fi putut beneficia mai mult de pe urma interacţionării cu cei din jur. Sugestia noastră pentru ei a fost să se alăture unui grup format din mai multe cupluri sau să se înscrie la un club de bowling; de asemenea, le-am mai spus că le-ar prinde bine să întocmească o listă a cuplurilor pe care ar vrea să le cunoască mai bine şi să le invite pe rând la ei acasă, la masă ori la o cafea.

Kelly şi Mike erau exact opusul – amândoi extrovertiţi, extrem de sociabili. Pentru ei, cu cât era mai multă lume în jurul lor, cu atât era mai bine. Ce-ar fi concediul fără prieteni? Ei se simţeau pur şi simplu motivaţi şi energizaţi de alţii, le păsa de cei din jur şi se implicau în vieţile celorlalţi. Ca să menţină echilibrul, Mike şi Kelly aveau nevoie să-şi pună deoparte timp doar pentru ei doi. Relaţiile se clădesc în tandem şi era vital să aibă grijă să petreacă periodic timp numai în doi! Aşa trebuie să procedeze oricine doreşte să păstreze şi să dezvolte o relaţie sănătoasă.

Carl şi Sandy, un alt cuplu, se plasau fiecare la capetele opuse ale axei. Lui Carl îi plăcea compania altora şi invita mereu pe

cineva la ei acasă. Sandy era mai retrasă şi prefera să fie doar cu soţul ei. Una dintre distracţiile ei favorite era să-l „răpească" pe Carl în câte-o sâmbătă şi să meargă împreună cu el la o partidă de pescuit. Amândoi se străduiau să păstreze echilibrul fără a-l împovăra pe celălalt, căutând să-şi respecte preferinţele şi interacţionând în ambele moduri. Uneori, recurgeau la câte un compromis, ceea ce-i ajuta să păstreze echilibrul între a fi mult prea implicaţi în afară şi a nu fi implicaţi deloc.

Unde vă situaţi voi pe axa de mai jos?



Nu cumva vă aflaţi la aceeaşi extremitate? Cum aţi putea contrabalansa situaţia? Uneori, când ne implicăm prea mult în viaţa altora, noi ne vedem obligaţi să ne regândim programul, simţind nevoia să petrecem timp doar în doi, şi asta pentru a prinde din nou putere. Alteori, ne consultăm agendele, ca să ne amintim cum ne-am descurcat luna trecută. Asta ne ajută inclusiv să fim mai eficienţi în planificarea lunii următoare.

Jay şi Laura – introvertiţi prin excelenţă – compensează planificându-şi lunar activităţi de grup. Luna trecută, au invitat un alt cuplu să-i însoţească în vizitarea unor magazine de antichităţi.

Cum puteţi să menţineţi echilibrul atunci când sunteţi diferiţi? Ei bine, o sugestie ar fi ca fiecare dintre voi să planifice câte ceva pentru săptămânile următoare. De pildă, unul poate invita câţiva prieteni la masă, iar celălalt poate planifica o plimbare tihnită cu bicicleta într-o zonă mai puţin aglomerată.

Spontan – strateg

Persoana spontană e înrudită îndeaproape cu cea condusă de sentimente. Pentru cel spontan, viaţa trece pe nesimţite, iar poverile zilei nu-l afectează. Spontaneitatea este modul lui de a fi. Ca urmare, tot ce face este distractiv şi captivant. Cele mai

asta?" Iar spontanul să consimtă să scrie uneori meniurile cu o săptămână înainte (de exemplu: „Vinerea viitoare pregătim un peşte la grătar!").

Energic şi agresiv – liniştit şi calm

Pe acest palier suntem atât de diferiţi, încât ne-a fost foarte greu să găsim termenii potriviţi ca să cuprindem toată varietatea. Obişnuiam să folosim termenii „activ şi iute", respectiv „pasiv şi moale". Nici acum nu suntem total mulţumiţi de termenii utilizaţi, aşa că-i vom explica pentru a-i înţelege mai bine. Persoana energică şi agresivă este condusă de un scop bine definit. Este într-o continuă mişcare, permanent ocupată. Dacă cei din jur nu ştiu ce să facă, bucuros se oferă să le organizeze viaţa şi timpul... Este tipul plin de idei şi cu suficientă energie ca să le şi transpună în practică.

Persoana liniştită şi calmă este o prezenţă plăcută pentru cei din jur. Este flexibilă şi nu se stresează. Nu dă directive şi nu-şi impune părerea, însă te influenţează pe alte căi. Este un foarte bun ascultător, acesta fiind unul dintre motivele pentru care cei mai buni consilieri provin din această categorie.

Şi-n acest domeniu suntem foarte diferiţi. Eu sunt cea energică. Pentru mine, „plictiseală" înseamnă să nu fac nimic. Nu-mi place moţăiala de la amiază, de frică să nu pierd ceva important. David mai degrabă lasă lucrurile să se întâmple. Ritmul lui este mai lent, el este foarte metodic şi insistent, ceea ce îl ajută să distingă şi să corecteze greşelile. Dacă e să dăm crezare acestei diagrame, de cele mai multe ori ar trebui să ne completăm de minune şi să ne echilibrăm. Dar nu se întâmplă întotdeauna aşa! Uneori, de exemplu, eu sunt atât de absorbită de un proiect, încât pierd noţiunea timpului şi lucrez fără încetare ore în şir. David, în schimb, e obişnuit cu pauzele şi odihna: când ţi-e lumea mai dragă, se retrage pentru un pui de somn, ceea ce mă enervează la culme! Sau, când avem un termen limită pentru un anumit proiect, eu atac direct aspectele mari, generale, pe când David se simte frustrat de absenţa detaliilor!

Voi unde vă situaţi pe axa de mai jos?

Cum pot fi compensate asemănările prea mari? E nevoie să vă liniştiţi sau să grăbiţi pasul? Nu cumva trebuie să mai renunţaţi la câteva din cele 18 ore pe care le lucraţi zilnic? Dacă sunteţi la polul opus, cum vă puteţi echilibra reciproc? În cazul nostru, de exemplu, David coordonează detaliile care cer consecvenţă, cum ar fi obligaţiile noastre lunare şi programul pe termen scurt, iar eu sunt responsabilă cu tabloul general. Eu sunt vizionara gata să planifice anul care urmează, pentru a vedea câte călătorii ne putem permite. David, în schimb, este preocupat de realitatea zilei care ne stă în faţă. Şi tot el mă linişteşte când devin prea agitată, la fel cum, alteori, eu îl motivez să fie ceva mai activ.

Bufniţă – ciocârlie

De ce se căsătoresc bufniţele cu ciocârliile? Ca să fie posibilă viaţa atunci când există în casă bebeluşi sau adolescenţi! Bufniţa e în tura de noapte. Psihologii consideră că avem un simţ înnăscut al orientării în timp. Al tău, care e? Care este momentul în care dai cel mai mare randament? Dimineaţa, la amiază, sau seara?

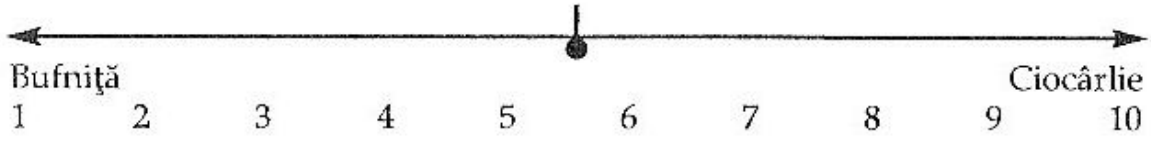
Axa următoare ridică cele mai mici probleme de identificare, lăsând însă foarte puţin spaţiu de echilibrare. În ce ne priveşte, după ce ne-am căsătorit, am încercat să ne schimbăm unul pe altul, dar nu am reuşit. Pe parcursul anilor care au trecut, am încercat să ne armonizăm mai bine ceasurile. Ochii mei se închid cam în acelaşi timp în care ai lui David se deschid de-a binelea! El lucrează cel mai bine între orele 23 şi 2 noaptea, pe când eu prefer zorii dimineţii; bineînţeles că David e de părere că „niciun om normal nu se scoală la ora asta"!

Totuşi, am beneficiat şi de pe urma acestei diferenţe, ea creându-ne mai mult spaţiu vital. Muncind împreună, petrecem ore în şir la birou. Uneori, eu mă retrag pe nesimţite în pat mai

devreme, în timp ce David se lasă absorbit de unul dintre numeroasele lui proiecte nocturne.

Noi, familia Ban, suntem la acelaşi capăt al axei şi ni se pare că acest lucru ridică la fel de multe probleme ca şi compensarea lui. După ce adorm cei trei băieţi ai noştri şi casa îşi recapătă liniştea, ni se pare că e momentul cel mai prielnic să ne terminăm proiectele sau să stăm de vorbă. Aşadar, pe perioada şcolii este absolut necesar să mergem şi noi la culcare mai devreme, altfel riscăm să ducem oboseala de la o săptămână la alta.

Unde vă situaţi voi pe axa de mai jos?



Dacă sunteţi amândoi păsări de noapte, sau dimpotrivă, de zi – cum rezolvaţi problema? De multe ori, locul de muncă sau o anumită circumstanţă aduce soluţia. Unul dintre prietenii noştri „bufniţă" e chirurg de profesie. În fiecare dimineaţă, se scoală foarte devreme pentru a ajunge la spital. Soţia lui, tot „bufniţă", încearcă să-şi adapteze programul după al lui. În concediu sau la sfârşit de săptămână, sunt în stare să stea treji toată noaptea, pentru ca apoi să doarmă toată ziua!

Şi noi, familia Ban, trebuie să recunoaştem că nu este uşor să găseşti soluţii. Aşa cum am menţionat mai sus, fiind amândoi „bufniţe", totul a mers destul de bine până când s-a născut Andi, primul nostru băieţel. Seara stăteam cu el până târziu amândoi, şi mai zăboveam chiar şi după ce micuţul adormea, dar trezirea de dimineaţă era dureros de grea! Aşadar, a trebuit să ne adaptăm programul – iar orarul copiilor noştri care erau la grădiniţă sau la şcoală ne-a ajutat.

Dacă sunteţi diferiţi, cum puteţi să vă echilibraţi programele? Când băieţii noştri (ai familiei Arp) au ajuns la vârsta adolescenţei, era foarte simplu pentru David să stea până târziu şi să-i aştepte să vină acasă. Eu eram în „tura" de dimineaţă, dacă

aveau nevoie să ajungă mai devreme la şcoală, pentru diverse activităţi sau întâlniri. Ne-a ajutat însă mult faptul că am acceptat că suntem diferiţi şi că nu ne putem schimba unul pe celălalt, indiferent cât de mult am fi încercat...

Frank şi Anna sunt exact opuşii noştri: el este ciocârlia, iar ea bufniţa. Care era problema lor? În primii ani de căsnicie, Frank insista să meargă împreună la culcare. Anna, care era la serviciu în timpul zilei, trebuia să se ocupe de treburile casei până seara târziu. Pentru că el nu voia să renunţe, Anna mergea cu el la culcare ca să-i facă pe plac, însă îndată ce el adormea, se strecura afară din cameră şi se-ntorcea la treburile ei. Dacă se întâmpla ca Frank să se trezească şi să n-o găsească în pat, se enerva şi spiritele se încingeau. Situaţia a mers din rău în mai rău, până când în final au solicitat sfatul unui cuplu mai în vârstă.

„Şi noi suntem diferiţi la acest capitol, le-a spus soţul din cuplul respectiv. Dar am învăţat că trebuie să ne acceptăm aşa cum suntem şi să încercăm să ne adaptăm unul după celălalt. Frank, nu eşti cu nimic mai îndreptăţit să-i ceri Annei să se culce odată cu tine, decât ar fi Anna să-ţi ceară ţie să stai treaz până târziu... Dacă veţi trata cu respect şi înţelegere diferenţele dintre voi, veţi putea ajunge la o rezolvare convenabilă pentru amândoi!"

Frank ne-a mărturisit mai târziu că a înţeles că de fapt dorinţa lui de a o vedea pe Anna în pat odată cu el, chiar dacă ei nu-i era somn, izvora din lupta pentru putere. „Din această cauză, relaţiile intime şi comunicarea dintre noi au avut de suferit. A trebuit să renunţ la aşteptările mele nerealiste şi să-i dau voie Annei să fie ea însăşi, inclusiv în ce privea programul ei de somn. Consecinţa extraordinară a fost şi este că, nemaiconsiderând că aspectul acesta reprezintă o luptă pentru putere, spiritele s-au calmat şi ne pomenim amândoi în pat cam la aceleaşi ore de câteva ori pe săptămână! Pentru că Anna obişnuieşte să citească în pat, i-am cumpărat o lanternă micuţă care se ataşează de carte, aşa că lumina de care ea are nevoie ca să citească pe mine nu mă împiedică să dorm!"

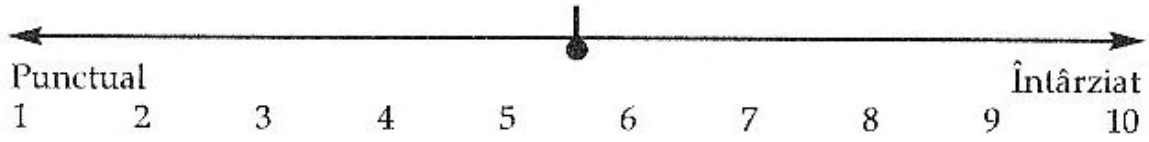
Punctual – întârziat

Iată o altă diagramă care arată că soţii Arp sunt diferiţi şi în acest domeniu! Deşi am găsit şi aici unele avantaje, totuşi a trebuit să ne confruntăm şi cu frustrări. Eu trăiesc „după ceas". Odată, mi s-a oprit ceasul chiar înainte de a merge la o întâlnire. Deşi mă uitam din minut în minut la ceas, eram atât de stresată la gândul că aş putea întârzia, încât mi-a luat mai mult de o jumătate de oră ca să-mi dau seama că, de fapt, ceasul meu stătuse!

David, în schimb, este exemplul tipic de persoană fără noţiunea timpului. La fel ca popularul scriitor Garrison Keillor, el este mulţumit „să fie aici." A întârziat 15 minute? Şi ce-i cu asta?! Acum e aici! Dar am găsit soluţia salvatoare pentru amândoi: i-am dăruit un ceas cu trei alarme. Uneori, le foloseşte pe toate trei (problema e să-şi aducă aminte de ce le-a activat!).

Învăţăm mereu unul de la altul. Eu sunt mult mai relaxată acum. Nu mă mai stresez dacă întârzii câteva minute la o întâlnire. În schimb, la nunţi ajungem întotdeauna la timp, iar David a fost avansat în poziţia de posesor al unui ceas cu o singură alarmă!

Unde vă situaţi voi pe această axă?



Dacă sunteţi amândoi la fel, cum puteţi compensa? Vă pot ajuta ceasurile cu alarmă, de masă sau de mână, bileţelele de aducere aminte sau... o secretară meticuloasă. David are un program pe calculator care-l ajută să-şi amintească ce are de făcut şi care ţine o evidenţă clară a agendei lui. Fiindcă este o persoană meticuloasă, tot ce ţine de întâlniri, programări sau termene este pus în calculator. Prin urmare, foarte rar i se întâmplă să întârzie cu o lucrare ori să depăşească un termen limită.

Ce puteţi face dacă sunteţi foarte diferiţi? Când avem întâlniri foarte importante (de exemplu, interviuri televizate), David este foarte atent să nu întârzie. Eu, în schimb, am învăţat să nu mai fiu tot timpul în priză, devenind mai flexibilă, mai cu seamă la ocazii de o importanţă secundară.

Cum rămâne cu punctele noastre slabe?

Scopul căsniciei nu este să ajungem identici! Dumnezeu ne-a creat diferiţi. Însă ceea ce trebuie să dezvoltăm este capacitatea de a ne accepta unul pe altul, de-a ne aprecia punctele forte şi de a le recunoaşte pe cele slabe. Dacă vedeţi că unul dintre voi iese în evidenţă aproape la fiecare dintre diagramele precedente sau este preocupat doar de slăbiciunile celuilalt, e vremea să vă reevaluaţi relaţia!

În ultimii 20 de ani, am observat în cadrul seminarelor *Marriage Alive* că îi ajutăm mult mai mult pe participanţi prin a-i sfătui să se concentreze asupra punctelor tari ale cuplului şi să evalueze avantajele pe care le poate aduce combinarea punctelor forte ale fiecăruia. Procedând astfel, se întâmplă ceva extraordinar: învăţăm unul de la altul!

Un cuvânt de atenţionare! Un punct forte dus la extrem devine slăbiciune! Trebuie depuse continuu eforturi pentru menţinerea echilibrului. Cuplul vostru este cadrul în care aveţi şansa fantastică de a vă completa reciproc şi de a vă combina talentele. Dar, ca să le puteţi observa şi aprecia, va trebui mai întâi să nu mai reacţionaţi negativ faţă de partenerul vostru!

Din nou în vizită la psiholog

În prima parte a acestui capitol, v-am împărtăşit experienţa noastră cu testele complexe la care ne-a supus dr. Blaudau. După câţiva ani, am avut ocazia să le facem din nou, tot la el. Am fost plăcut surprinşi să vedem cât de multe învăţaserăm între timp unul de la altul! Punctele noastre slabe nu mai erau chiar atât de grave. Eram, oricum, o echipă mai puternică. Am dovedit că se poate!

Vă provocăm acum şi pe voi să faceţi aceeaşi încercare. Începeţi cu lucrurile pe care le puteţi schimba chiar şi înainte de căsătorie, cum ar fi, să-l ajutaţi pe cel care e mereu întârziat la întâlnire să fie mai atent la modul în care îşi planifică timpul. Mai mult, concentraţi-vă atenţia asupra calităţilor voastre şi consideraţi-le adevărate comori. Rugaţi-vă Domnului să vă ajute ca împreună să clădiţi o echipă mai puternică!

Sfatul 3

Învăţaţi să comunicaţi

Vorbirea voastră să fie totdeauna cu har, dreasă cu sare, ca să ştiţi cum trebuie să răspundeţi fiecăruia.

COLOSENI 4:6

La una dintre sesiunile noastre de pregătire pentru căsătorie, am adus un videoproiector cu care nu mai lucrasem niciodată. Era nou, performant, dar când l-am legat la calculatorul meu, imaginea nu putea fi proiectată. Am tot încercat diverse metode de a-l face să meargă, dar nimic. Erau două aparate proiectate pentru a putea comunica unul cu celălalt şi totuşi nu mergeau. Mai mult, s-a oferit să încerce şi cineva din grup care avea pregătire în domeniul IT, dar tot în zadar. După câteva minute stânjenitoare, am renunţat la acel videoproiector. Ce am descoperit ulterior, a fost că problema nu era una de conexiune. Toate conexiunile erau bine făcute, cablurile erau la locul lor, ambele aparate funcţionau bine, dar nu împreună. Mai mult, acel videoproiector avea o setare internă pe care dacă aş fi ştiut să o potrivesc, videoproiectorul i-ar fi permis calculatorului meu să „comunice" cu el.

Această „setare" interioară o avem fiecare, deoarece am fost creaţi pentru relaţii. Într-adevăr, oamenii vor avea întotdeauna un mod de comunicare diferit. Deseori am auzit despre familii (din nefericire, acest lucru se întâmplă tot mai des la cuplurile tinere) în care el vine acasă, ia telecomanda televizorului, ziarul

sau se duce la calculator (e-mail, navigare pe internet, skype, messenger etc.) şi îşi petrece timpul de unul singur. A lucrat toată ziua, iar acum are nevoie de relaxare, doreşte să se folosească de libertatea lui de bărbat. Soţia vine acasă (tot de la lucru!) si începe să trebăluiască prin bucătărie, cei doi necomunicând prea mult. După câtva timp, ea îl strigă: „Dragă, mâncarea este gata!" Din păcate, nu de puţine ori este nevoie să repete această frază. Soţul ei fie nu-i răspunde imediat, fie îi dă un răspuns tipic: „Încă cinci minute, te rog" sau, „Vin într-un minut!" (care se transformă în 20 de minute, fiindcă tocmai are de trimis un e-mail foarte important!)

Ce ne învaţă Biblia?

Dar înainte să ne uităm la câteva dintre principiile comunicării, haideţi să ne uităm împreună la un pasaj din Scriptură şi să vedem ce ne spune Biblia în legătură cu comunicarea şi relaţionarea:

> De aceea, lăsaţi-vă de minciună: „Fiecare dintre voi să spună aproapelui său adevărul", pentru că suntem mădulare unii altora. „Mâniaţi-vă şi nu păcătuiţi." Să n-apună soarele peste mânia voastră, şi să nu daţi prilej diavolului.[. . .] Niciun cuvânt stricat să nu vă iasă din gură; ci unul bun, pentru zidire, după cum e nevoie, ca să dea har celor ce-l aud. Să nu întristaţi pe Duhul Sfânt al lui Dumnezeu, prin care aţi fost pecetluiţi pentru ziua răscumpărării. Orice amărăciune, orice iuţime, orice mânie, orice strigare, orice clevetire şi orice fel de răutate să piară din mijlocul vostru. Dimpotrivă, fiţi buni unii cu alţii, miloşi, şi iertaţi-vă unul pe altul, cum v-a iertat şi Dumnezeu pe voi în Cristos. (Ef. 4:25-32)

Unul dintre primele lucruri pe care Apostolul Pavel ni le spune despre comunicare în textul de mai sus şi pe care îl dezvoltăm pentru cei prezenţi la sesiunile noastre de pregătire pentru căsătorie, este că relaţia trebuie să fie caracterizată de

sinceritate. Mai mult, în greacă este folosit imperativul, aşadar este vorba despre o poruncă clară – să lăsăm minciuna şi să spunem adevărul! Pavel nu ne dă aici un sfat prietenesc: „Ştiţi, dragilor, ar fi bine să spuneţi adevărul, dar ştim că vremurile sunt grele şi nu merge întotdeauna"... Nu! Textul este foarte clar – este o poruncă ce ni se adresează şi ne cere să spunem adevărul. De ce? Pentru că Domnul urăşte minciuna şi în El este doar adevăr. Practic nimeni nu poate să-ţi citească gândurile. Nicio altă persoană din jurul tău nu poate să te „citească". Desigur, după ce veţi fi căsătoriţi o perioadă, poate veţi ajunge în situaţia în care veţi putea intui ce doreşte celălalt, chiar dacă nu s-a exprimat în cuvinte. Vei putea citi pe faţa celuilalt dacă este bucuros, obosit, îngrijorat sau supărat. De aceea, reţineţi faptul că dacă nu vă faceţi un obicei din a comunica adevărul, este mai dificil pentru celălalt să vă înţeleagă şi să relaţioneze.

Sinceritate?

Să facem încă un pas. Sinceritatea este mai mult decât a nu minţi. Îmi aduc aminte de o discuţie care s-a derulat în anii '80, pe când lucram la fabrică, iar unul dintre „sfaturile" primite din partea colegilor de serviciu, care aveau „experienţă" în ale căsniciei a fost acesta: „Adi, nevasta nu trebuie să ştie tot ce faci tu! NU trebuie să ştie tot ce faci tu! De ce? E bine să ai rezervele tale. Ah, îi spui nevestei câte ceva, dar nu totul." Sinceritatea merge dincolo de ce mi-ar plăcea să spun şi de ceea ce trebuie spus.

Exemplul împăratului David după ce a păcătuit este foarte interesant. Oare ca om, cum s-a simţit el după ce a preacurvit, iar apoi a dat ordin să fie omorât soţul acelei femei? Credeţi oare că primul gând pe care l-a avut a fost să meargă la soţia lui şi să-i spună: „Dragă, tocmai m-am culcat cu o altă femeie"? Din păcate, nu a fost aşa. Poate ne veţi spune că David a „făcut-o de oaie" rău de tot, iar voi nu sunteţi în aceeaşi situaţie. Fiţi cu mare băgare de seamă: „vulpile mici strică viile mari" – spune Scriptura. Lucrurile mici, adică minciunile mici, neadevărurile mici, sinceritatea falsă (adevărul spus pe jumătate), ne pot distruge relaţiile, ne pot distruge pe noi.

Este la fel de greşit să spui adevărul cu o tentă care îl induce în eroare pe celălalt. „Păcatul, spune autorul Gary Thomas în cartea *Căsătorie sfântă*, atitudinile greşite şi eşecurile personale care nu sunt abordate frontal erodează încetul cu încetul relaţia dintre soţi, atacând şi distrugând în cele din urmă promisiunile nobile de odinioară, făcute în toiul pasiunii de la început" (p. 94).

Dar haideţi să luăm un exemplu din zilele noastre. Ca soţ, ai cheltuit o sumă de bani şi ţi-e greu să recunoşti pe ce i-ai cheltuit. Poate că soţia ta ar considera că e o prostie să cheltuieşti 10 lei pe o revistă sportivă. Mai mult, să zicem că ştiai că aceşti bani erau pentru necesarul zilnic (sa zicem pâine şi lapte) până la următorul salariu, şi totuşi ai cumpărat revista, iar acum nu-ţi dă mâna să fii prea onest. Când ajungi acasă, vei fi tentat să spui ceva de genul:

– Dragă am făcut cumpărăturile – uite câte am cumpărat de 30 lei... şi „uiţi" să-i spui soţiei că din cei 30 de lei de fapt o treime o reprezintă revista ta. Printr-o mică manevră, eviţi să spui tot adevărul. Creativitatea pe care o foloseşti pentru a „evita" umblarea în adevăr şi a-ţi „îmbrăca" mai eficient faptele ţi-ar fi mai de folos dacă ar avea ca ţintă scopuri mai nobile, cum ar fi aprofundarea relaţiei voastre.

Sinceritatea într-o relaţie trebuie să fie acompaniată de evitarea tărăgănării în rezolvarea tensiunilor şi a neînţelegerilor. Cu alte cuvinte, fiţi „la zi" în ce priveşte comunicarea şi nu lăsaţi lucrurile de azi pe mâine, crezând că poate se rezolvă de la sine.

Ascultă mesajul în întregime...

De cele mai multe ori, tocmai când credem că ascultăm cu atenţie, pierdem sensul mesajului. Auzim cuvintele, dar le dăm o interpretare cu totul diferită de cea pe care a intenţionat-o vorbitorul. De ce? Una dintre explicaţii ar fi că nu ascultăm tot mesajul. Un studiu comandat de firma Kodak arată că doar 7% din mesaj e transmis prin cuvinte! Mesajul nonverbal, adică privirea sau limbajul corporal, reprezintă 55%, iar tonul vocii reprezintă 38% din mesajul transmis. Mai mult, doar 7% din comunicare este reprezentat de cuvintele pe care le spunem.

Prin urmare, data viitoare când veţi sta la discuţii, nu uitaţi ce neînsemnată este partea vorbită!

Poate că spui ce trebuie, dar dacă modul nonverbal de exprimare trădează mânie, resentimente sau amărăciune, mesajul transmis este altul decât ceea ce au exprimat cuvintele tale! Ai încercat vreodată să comunici cu cineva care se uită „peste" tine? Sau, cât îţi este de uşor să comunici dacă ochii celuilalt sunt lipiţi de ecranul televizorului sau calculatorului? Sau, ce se întâmplă cu momentele în care, prin vorbele tale, ai fost de acord cu soţul tău, dar privirea ţi-a fost dispreţuitoare? Este tare greu să comunici când simţi ostilitate în jurul tău.

Prin urmare, spune adevărul cu toată fiinţa ta – cuvintele, tonul vocii, mimica, limbajul trupului să fie în concordanţă cu acel adevăr, astfel încât să nu existe o discrepanţă între ceea ce spui, modul în care comunici acel lucru şi felul cum exprimi ceea ce spui.

Ca părinţi, avem zilnic o doză de experienţe interesante alături de copii. Noi, familia Ban, ne aducem şi acum aminte de primii ani de şcoală ai lui Andi, băiatul nostru cel mai mare. În fiecare zi, când mergeam să-l iau de la şcoală, îi puneam întrebarea: Cum a fost azi la şcoală? Primul răspuns care venea era: „Bine". Şi cu asta se putea încheia conversaţia noastră legată de şcoală pe ziua respectivă. Da, e adevărat că bărbaţii tind să folosească astfel de răspunsuri scurte – şi se prea poate ca Andi să fi învăţat acest lucru chiar de la mine, tatăl lui. Însă pe măsură ce treceau zilele, am început să-l întreb astfel : Andi, pe lângă faptul că a fost bine, ce altceva s-a mai întâmplat azi la şcoală? Făcând acest lucru, am continuat să clădesc în domeniul comunicării şi nu m-am mulţumit cu vorbe seci.

Ce comunicăm?

Din experienţa noastră cu familiile, noi, familia Arp, am descoperit că cei care îşi doresc într-adevăr să comunice eficient vor acorda timp pentru a se asculta unul pe celălalt. Una din zicalele noastre favorite sună cam aşa: „Dumnezeu ne-a dat două urechi şi o gură, deci poate că ar trebui să ascultăm de două

ori mai mult decât vorbim". Însă trebuie să ascultăm nu doar cu urechile, ci şi cu inima, încercând să înţelegem ce sentimente îl încearcă pe partenerul sau partenera noastră.

Comunicarea, deşi vitală într-o relaţie, nu vine de la sine. Am văzut adesea că relaţia noastră este strâns legată de modul în care comunicăm. Cuvintele pot să te ajute să clădeşti o căsnicie mai solidă, la fel cum pot să sape chiar la fundaţia ei. Ca să înţelegeţi mai bine ce vrem să scoatem în evidenţă, în paginile următoare vă vom prezenta patru stiluri de comunicare. Sperăm ca acestea să vă ajute să descoperiţi pe care dintre ele îl folosiţi cel mai des acum în comunicarea dintre voi doi şi să vă alegeţi un model pentru viitor.

Primul stil: „la taifas"

Acest stil se referă la conversaţiile superficiale, de genul: „Bună, ce mai faci?" „Ce mâncăm azi?" „Oare mai plouă?" etc. Nimic profund... doar banalităţi... schimb de minime informaţii. Acest stil este firesc şi face parte din conversaţiile noastre zilnice. Problemele apar însă atunci când îl folosim în exclusivitate. Deşi e normal, sigur şi inofensiv, totuşi e superficial.

Anii de experienţă în acest domeniu ne-au scos în cale cupluri căsătorite de mult timp, dar care comunicau aproape numai în acest stil. De-a lungul anilor, copiii le-au servit ca scuză pentru lipsa unor conversaţii serioase şi profunde, iar când s-au lovit de probleme, nu le-au putut procesa şi... le-au îngropat! Când copiii şi-au luat zborul şi „cuibul a rămas gol", ca să fie siguri că nu se vor certa, au continuat cu acelaşi stil de comunicare. Sigur, conflictul este aproape inexistent în acest gen de relaţii, însă la fel de inexistentă este şi intimitatea dintre cei doi. Din nefericire, de cele mai multe ori, problemele îngropate transformă cadrul conjugal într-un câmp plin de mine gata să explodeze!... Şi ele chiar explodează atunci când cuplul trece la următorul stil de comunicare.

Al doilea stil: „la atac"

David şi Vera Mace, mentorii noştri şi pionieri ai consilierii creştine în domeniul căsătoriei, consideră că acesta este stilul „cu

ac în coadă": răneşte! Când îl folosim, avem tendinţa să utilizăm propoziţii care încep mai mult cu persoana a doua singular („tu") şi întrebări care încep cu „de ce", precum: „Tu numai la tine te gândeşti." şi „De ce nu suni ca să anunţi că întârzii?" ori formulări absolute de genul: „Ţie niciodată nu-ţi pasă de nimeni!" „Întotdeauna te gândeşti numai la tine!" Îl atacăm pe celălalt fără să ne gândim ce facem. Şi cum reacţionezi atunci când eşti atacat? Nu-i aşa că vrei să te aperi? Şi din momentul acela până la contraatac nu mai este decât un pas, dar ce jigniri şi neînţelegeri aduce! Ce puteţi face când vă daţi seama că aţi alunecat pe panta stilului negativ de comunicare? Sigur că trebuie să încercaţi să ieşiţi din starea aceea cât se poate de repede.

„Mâniaţi-vă şi nu păcătuiţi" – sunt cuvintele scrise de Apostolul Pavel tot în pasajul citat la începutul capitolului. „Să n-apună soarele peste mânia voastră", la care am mai adăuga „peste exasperarea, indignarea, frustrarea voastră". Pentru că atunci când lăsaţi aceste lucruri să treacă fără să fie rezolvate, nu faceţi altceva decât să daţi prilej diavolului să se folosească de ele pentru a vă ataca şi a vă face mult rău.

Mânia este ca o energie care se acumulează în noi. O poţi folosi să-l ataci pe celălalt sau pe tine însuţi. Ori îţi îndrepţi mânia spre celălalt (care poate fi soţul tău, sau copilul tău, sau altcineva din jur), ori „fierbi în suc propriu" şi te „coci" pe tine însuţi. Această mânie este problematică. Devine distrugătoare. Mergi în jos pe o pantă a dezamăgirii şi a deznădejdii, iar roadele le vei culege în timp.

Când este mânia păcătoasă? Atunci când este gata să atace, să lovească, să rănească pe cineva (poate fi chiar propria persoană). Mânia aceasta este păcătoasă, distrugătoare, rea şi are toate ingredientele păcatului. Haideţi să ne gândim la un exemplu din viaţa de zi cu zi: Doreşti să te uiţi la televizor la un film, iar soţul tău nu este deloc interesat să stea cu tine, deoarece filmul nu este pe gustul lui. Care este reacţia ta? Te mânii pe el! De ce? Pentru că un lucru pe care poate ţi-l spui este: „Nu merit eu atâta? După ce fac atâtea pentru el şi pentru casă, el nici măcar nu poate să vizioneze cu mine acest film?" Totul se concentrează asupra ta, a

nevoilor tale, a firii tale; şi te simţi jignită, ofensată, poate chiar te îndoieşti de dragostea lui faţă de tine. Ce sentiment ai? De mânie, care curând va atrage după sine dorul de răzbunare, de a-ţi face singură dreptate. În dimineaţa următoare ai să i-o faci tu – nu îi pui mâncare la lucru, aşa, ca să vadă şi el cum este când tu nu mai „contribui" la relaţia voastră. Într-un cuvânt, te răzbuni pe situaţia creată. Bineînţeles că acesta este doar un scenariu, dar ele pot fi de multe feluri, nuanţe etc. Gary Thomas ne atrage atenţia să nu cedăm în faţa „ispitei de a ne lăsa cuprinşi de resentimente faţă de partenerul nostru pe măsură ce propriile noastre slăbiciuni sunt scoase la iveală" (p. 95).

Pe de altă parte, unii sunt ca ploaia de vară: vine repede dar pleacă repede. Se descarcă repede, cu furie, cu tunete şi fulgere, dar apoi pleacă. Întrebarea este: l-ai „trăsnit" pe celălalt în situaţia aceasta? Ai produs pagube?

Pentru că e deosebit de greu să vă menţineţi calmul şi să gândiţi normal când sunteţi atacaţi; amândoi aveţi nevoie de un semnal care să-l ajute pe celălalt să înţeleagă devierea spre negativism. Noi, familia Arp, folosim următoarea frază: „Au, mă înţepi!" Prin aceasta, spunem că am simţit un spirit caustic în vorbele celuilalt, indiferent dacă lucrurile au stat sau nu aşa. Când unul din noi dă acest semnal, imediat luăm o mică pauză, respirăm adânc... şi recunoaştem că nu asta am vrut! Desigur, fiecare cuplu e liber să-şi aleagă propriul semnal. La unul dintre seminarele noastre Marriage Alive, unul dintre participanţi a sugerat expresia „Roşu!" (cu trimitere la semafor) ca semnal. Asta îl pune în gardă pe cel care primeşte semnalul că partenerul său se socoteşte atacat! Ni s-a părut o idee deşteaptă... până când, la un alt seminar, un cuplu ne-a povestit ce-a păţit cu formula aceasta odată, când ei se aflau în maşină. Aveau o discuţie în contradictoriu, când soţia a strigat dintr-odată: „Roşu!", la care soţul i-a răspuns calm: „Draga mea, nu e vorba de niciun atac la persoană!" Însă ea a continuat să strige şi mai tare, şi într-un târziu, dar la timp, el şi-a dat seama că ea se referea la... semafor! Prin urmare, sugestia noastră este să nu folosiţi această atenţionare când unul dintre voi e la volan!

Desigur, când sunteţi supăraţi şi tracasaţi, vă doriţi din toată

inima să îndepărtaţi cât mai repede „mărul discordiei", dar aveţi grijă: graba strică treaba! Noi, cel puţin, nu suntem în stare să rezolvăm situaţia cât ai bate din palme! Când tot felul de sentimente contradictorii pun stăpânire pe noi, e aproape imposibil să ne întoarcem dintr-odată la o conversaţie calmă şi logică, prin care să stingem conflictul. Asta merge doar pe hârtie, dar niciodată în realitate! În asemenea momente, e ca şi cum ai avea în mâini un cartof copt: trebuie să-l laşi să se răcească, şi-abia apoi îl poţi ţine în mână! E foarte posibil să avem nevoie de o mică „ieşire din decor", cum făceam pe vremuri cu puştii noştri, când îi trimiteam în camera lor ca pedeapsă pentru vreo năzbâtie... Chiar şi după ce ne-am calmat, noi nu putem trece la rezolvarea problemei până nu am parcurs cu bine faza de discuţii... adică următorul stil de comunicare.

Un cuvânt de atenţionare! Unul dintre lucrurile pe care mi-a fost cel mai greu să le înţeleg la Adi a fost stilul lui de „necomunicare" – cel puţin aşa îl percepeam eu pe el. Nu o dată mi s-a întâmplat în zilele de început ale căsniciei noastre să-i pun o întrebare, fie ea şi una mai simplă, cum ar fi: „Unde mergem la cumpărături?", şi să trebuiască să aştept minute în şir după un răspuns. În frustrarea mea, şi cu personalitatea mea colerică, îi repetam întrebarea, crezând că nu m-a auzit. Adi, însă, nu-mi răspundea. Mai mult, pe măsură ce în mine creştea frustrarea că el nu îmi răspunde imediat, în el creştea frustrarea că este neînţeles. Mi-a trebuit timp şi răbdare să înţeleg că tăcerea lui înseamnă că face o analiză mai atentă a întrebării puse de mine precum şi a eventualelor consecinţe ale deciziei de a merge într-un loc sau în altul. La rândul lui, a trebuit să-mi repete de câteva ori că are nevoie de o mai bună analizare a situaţiei înainte de a-mi putea da un răspuns.

Al treilea stil: „la discuţii"

Atunci când trebuie să discutaţi sau să dezbateţi o problemă sau un subiect mai dificil, aveţi nevoie de acea dispoziţie care să vă ajute să menţineţi tonul pozitiv şi care să reducă din efectul factorilor nonverbali sau ai tonului vocii. Acest stil de comunicare este foarte important şi constituie singura cale pe

care o cunoaştem noi pentru a trece cu succes de la ofensivul stil doi la stilul patru, rezolvarea problemei sau a conflictului. De fapt, dacă abordaţi corect problema, este foarte posibil să nici nu mai fie nevoie de ultimul pas, de rezolvarea ei. Studiile specialiştilor ne arată că aproximativ 80 la sută din problemele cu care se confruntă un cuplu nu trebuie rezolvate, ci doar discutate, pentru ca cei doi să înţeleagă ce simte celălalt. Dar, aşa cum am spus, aveţi nevoie de o (pre)dispoziţie clară, pentru a putea să fiţi eficienţi în discutarea problemei, ce implică adesea şi exprimarea unor sentimente negative. Vă sugerăm să folosiţi una din următoarele două metode: fie formula sentimentelor, fie tehnica Vorbitor/Ascultător (explicată în capitolul următor).

Formula sentimentelor

Am început să folosim această formulă a sentimentelor cu ani în urmă. Am învăţat-o de la prietenii noştri Bill şi Kathy Clarke. Ne-a ajutat de nenumărate ori să nu ne împotmolim în al doilea stil de comunicare. Formula sentimentelor este uşor de folosit, este clară, simplă şi inofensivă, dacă este utilizată cu o atitudine corectă.

- *„Dă-mi voie să-ţi spun cum mă simt."*

Prima parte a formulei presupune să spui clar, direct şi plin de dragoste: „Dă-mi voie să-ţi spun cum mă simt! Mă simt..." (completează singur aici, potrivit stării tale sentimentale: frustrat, mânios, nervos, singur, rănit, dezamăgit, îngrijorat, bucuros, fericit etc.). Încearcă să-ţi exprimi sentimentele şi emoţiile lăuntrice, evitând atacul la persoană.

Nu confunda „Mă simt..." cu „Cred că..." Dacă poţi înlocui „simt" cu „cred", atunci nu e vorba de sentimente. De exemplu, dacă spui „Simt că mă jigneşti!", acest lucru exprimă ce gândeşti, precum şi opinia ta. Este, de fapt, al doilea stil deghizat. Mult mai bine ar fi să foloseşti propoziţii care să te vizeze direct pe tine, cum ar fi: „De câte ori se întâmplă asta, mă simt jignit(ă)". Îţi poţi exprima sentimentele şi cu formula „Sunt...", ca în expresia „Sunt jignit(ă) de ceea ce se-ntâmplă."

Binecunoscutul autor şi consilier familial Gary Smalley a

oferit o sugestie nemaipomenită la unul dintre seminarele sale. El le-a spus celor prezenţi să folosească o ilustraţie prin care să-şi ajute partenerul să înţeleagă ceea ce simt... De exemplu: „Dragă, îţi aduci aminte de zilele şi nopţile în care-ai muncit din greu la raportul acela... pe care şeful tău l-a aruncat la coş, fără să-i pese de eforturile tale?! Ei bine, cam aşa m-am simţit eu când am petrecut ore în şir căutând variante şi făcând planuri pentru concediul nostru, iar tu nici măcar n-ai vrut să mă asculţi!" Poc! Partenerului i se pune în faţă oglinda propriilor trăiri şi poate să-şi dea seama cum te simţi!

☕ *„Acum, spune-mi tu cum te simţi!"*

După ce ai terminat ce ai avut de spus, folosind cuvinte explicite şi pline de iubire, spune-i: „Acum, spune-mi tu cum te simţi!" Şi fii gata să asculţi, nu sări să judeci sentimentele celuilalt! Nu uita: sentimentele – în esenţa lor – nu sunt nici bune, nici rele!

„O clipă, vă rog! ne-a întrerupt Randy, unul dintre participanţii la un seminar. Cum puteţi afirma că sentimentele nu sunt nici bune, nici rele?! Eu cred că unele dintre ele sunt de-a dreptul păcătoase!" A urmat o discuţie foarte interesantă despre diferenţele dintre modul nostru de gândire şi acţiunile noastre, dintre gândurile şi sentimentele noastre. „De exemplu, a continuat Randy, mulţi dintre noi s-ar putea eschiva foarte uşor dacă li s-ar accepta să spună: «Simt că n-am chef să mă duc la lucru» sau «Nu mă simt în stare să fiu un soţ bun» sau «Simt că am chef de-o aventură»"! Înainte să-i răspundem, un alt participant a luat cuvântul: „Se poate ca la un moment dat să ne simţim într-un fel sau altul, dar asta nu este o scuză ca să facem sau să nu facem ceea ce trebuie!

Nu cred că aş mai rămâne prea multă vreme în compania unde lucrez, dacă i-aş spune şefului meu: «Astăzi nu am chef să vin la lucru»"!

Un altul a mers mai departe: „Bine, dar poate că nu expresia «Nu am chef de lucru astăzi» e problema... Poate că într-adevăr te simţi extenuat, plictisit de lucrul pe care-l faci sau pur şi simplu te simţi neapreciat."

„...Sau poate că afirmaţia: «Am chef de-o aventură», a mai

adăugat cineva, este un fel de-a spune că în interiorul tău îţi doreşti ca viaţa ta conjugală să fie altfel, mai romantică, mai pasională, mai dinamică..."

Abia acum ajungeam cu-adevărat la sentimente!

Sentimentele sunt fragile şi, prin urmare, trebuie să avem mare grijă de ele. Dacă, însă, vom reuşi să ajungem la miezul problemei, dezvăluindu-ne adevăratele sentimente, atunci vom putea ataca problema, şi nu persoana, consolidându-ne astfel căsnicia.

Nu există un vocabular al sentimentelor!

Cuplurile prezente deveniseră foarte atente la discuţia noastră... Moment în care James, un soţ de vârstă mijlocie, a ridicat încă o problemă: „Toate acestea sună bine, dar eu, chiar dacă vreau, tot nu pot să spun ce simt – pur şi simplu nu-mi găsesc cuvintele! Tatăl meu avea doar trei cuvinte în vocabularul lui, şi niciunul nu se referea la sentimente... Ce să mă fac eu, fiindcă aşchia n-a sărit prea departe de trunchi?!"

Ca să-l ajutăm pe James să se aventureze în lumea sentimentelor, ne-am pus toţi mintea la contribuţie şi am făcut o listă de cuvinte care să exprime sentimente. Dacă, asemenea lui James, şi tu ai probleme cu a spune ceea ce simţi, sperăm ca lista de mai jos să-ţi vină în ajutor!

Mă simt...

- ❑ rănit
- ❑ bucuros
- ❑ nesigur
- ❑ iubit
- ❑ agitat
- ❑ neapreciat
- ❑ liniştit
- ❑ iritat
- ❑ mulţumit
- ❑ copleşit
- ❑ pe dinafară
- ❑ gelos
- ❑ nervos
- ❑ ameninţat
- ❑ stimulat
- ❑ abătut
- ❑ îngrijorat
- ❑ fericit
- ❑ atacat
- ❑ trist
- ❑ luminat
- ❑ încurajat
- ❑ frânt
- ❑ prins în capcană
- ❑ frustrat
- ❑ singur
- ❑ apăsat
- ❑ încrezător
- ❑ mândru
- ❑ manipulat
- ❑ energic
- ❑ neajutorat
- ❑ responsabil
- ❑ plin de remuşcări
- ❑ bolnav
- ❑ sufocat

❑ călcat în picioare	❑ tensionat	❑ trădat
❑ neliniştit	❑ relaxat	❑ ciudat
❑ recunoscător	❑ abuzat	❑ înspăimântat
❑ perplex	❑ neînţeles	❑ singur
❑ sub presiune	❑ împovărat	❑ temător
❑ optimist	❑ pesimist	❑ entuziasmat
❑ zdrobit	❑ amorţit	❑ plictisit
❑ descurajat	❑ ignorat	❑ satisfăcut
❑ alarmat	❑ defavorizat	❑ ruşinat

Vă vine uşor să folosiţi cuvintele de mai sus sau altele similare? Sunteţi gata să puneţi în aplicare formula sentimentelor? Există anumite aspecte sau domenii de activitate pe care nu le puteţi discuta împreună? Poate că vă vine mai uşor să scrieţi pe o foaie de hârtie ceea ce simţiţi în legătură cu un anumit lucru. Încercaţi să aplicaţi formula sentimentelor şi asiguraţi-vă că exprimaţi trăiri, fără a vă ataca sau învinui partenerul. Spuneţi-vă unul altuia ce simţiţi (sau citiţi împreună cuvintele scrise pe foaie). Când e rândul celuilalt să vorbească, străduiţi-vă să înţelegeţi ce simte în situaţia dată.

De exemplu, să zicem că amândoi sunteţi îngrijoraţi de modul în care cheltuiţi banii. Vă e teamă de problemele financiare care ar putea apărea în viitor şi de aceea doriţi să discutaţi despre acest lucru şi să găsiţi o soluţie în timp util. Nu uitaţi: intenţia este să rezolvaţi problema cheltuielilor şi să scăpaţi de frica unei eventuale instabilităţi financiare. Ai putea scrie pe foaie următorul lucru: „Sunt neliniştit(ă). Mi-e teamă că cheltuim mai mult decât ne permite bugetul nostru şi nu prea ne gândim la consecinţe!" Indiferent de modul în care porniţi discuţia, nu uitaţi că atacul este îndreptat împotriva problemei, şi nu împotriva celuilalt!

Atenţie, viitoare soţii

Ca una care am trecut pe-aici în urmă cu 13 ani, am un sfat pentru viitoarele soţii – cum am spus mai sus, învăţaţi să citiţi printre rânduri atunci când soţii voştri vin acasă şi vă spun scurt că totul e în regulă, după care se retrag imediat în dormitor. Într-o

asemenea situaţie, soţul are probabil nevoie de un scurt interval de timp în care să se schimbe, să se împrospăteze, şi doar apoi revine şi este gata să discute cu soţia lui. Dacă-ţi răspunde sec că este bine, dar pare totuşi îngrijorat, învăţă când este bine să-l laşi să se „aclimatizeze" şi când e nevoie de intervenţia ta imediată care să-l ajute să treacă mai uşor peste eventualele probleme apărute la serviciu.

Din păcate, mie mi-a luat o perioadă destul de lungă să accept faptul că nu întotdeauna când vreau răspunsul lui Adi îl şi primesc imediat, iar acest lucru a cauzat de multe ori o discuţie aprinsă, specifică celui de-al doilea stil de comunicare, deoarece eu eram convinsă că Adi mă neglijează şi evită intenţionat răspunsul. El îşi lua de fapt mai mult timp pentru a procesa întrebarea mea şi a-mi prezenta eventualele soluţii. După câtva timp de la căsătorie, am înţeles că ipotezele mele erau greşite.

Ca să înţelegeţi mai bine cam cum funcţionează acest sistem la bărbaţi, daţi-ne voie să vă relatăm o întâmplare. Într-o bună zi, când Ema îl disciplina şi îl certa pe fiul nostru mai mare, băiatul cel mijlociu, Eduard, a tras cu urechea la uşa bucătăriei, iar mai apoi a venit la mine în cameră. Intrând cu mâinile pe urechi, mi-a spus în limba unui copil de un an şi jumătate: „Tata! Mama! – bla bla bla". Nu m-a văzut niciodată pe mine făcând acest lucru, dar el, deşi era foarte mic, a avut o opinie cu privire la ceea ce se derula în bucătărie. De mici învăţăm să comunicăm într-un anume fel, să percepem realitatea într-un anume mod, iar apoi luăm aceste obiceiuri cu noi în viaţa de adult.

Atenţie, viitori soţi!

Unii soţi trebuie ajutaţi mai mult decât alţii în această privinţă. Dacă îi laşi să se retragă în camerele lor şi să „intre în carapace" rişti să nu mai iasă de acolo (în capitolul următor, veţi citi ce se întâmplă cu „ţestoasele"). Soţilor, lăsaţi-vă ajutaţi! Iar voi, soţiilor, fiţi creative în ce priveşte modul în care încercaţi să deschideţi poarta comunicării. Folosiţi formula sentimentelor pe care am prezentat-o în acest capitol şi încercaţi să vă puneţi în cuvinte sentimentele. Aţi putea încerca ceva de genul: „Dragul meu, am aşteptat toată ziua să vii acasă şi m-am bucurat aşa de

mult când te-am auzit la uşă. Doresc să stăm de vorbă şi mi-ar plăcea tare mult să-ţi văd faţa şi să te ţin de mână. Cum putem face ca aceste lucruri să se întâmple?" Dă-i voie să gândească, dar nu îţi abandona iniţiativa. Acum, dacă o soţie rosteşte 100 de cuvinte pe secundă, ştiţi ce aude soţul? „Bla, bla, bla".

Vi se pare prea greu?

„E prea greu pentru mine! a exclamat unul dintre participanţii la seminarul nostru *Marriage Alive*. De 50 de ani sunt pe cont propriu şi n-o să-mi spuneţi că mă mai pot schimba acum! Şi pe deasupra, tot procesul mi se pare nefiresc şi fals!" Poate că şi pe tine te încearcă aceleaşi sentimente.

Nici pentru noi n-a fost uşor, deci îţi înţelegem frustrarea. Comunicarea explicită e o treabă grea! Nu e puţin lucru să-l faci pe celălalt să înţeleagă ce simţi!... Oare cum va reacţiona când va auzi ce simţi şi cum va procesa informaţiile? În cazul nostru, când am început să ne exprimăm toate trăirile, mie mi-a fost mai uşor decât lui David. Adesea, David exclama: „De ce simţi asta? Ceva nu e în regulă cu tine!" A trebuit să ne aducem aminte mereu şi mereu că sentimentele nu sunt în ele însele bune sau rele, dar că este de o importanţă vitală să ştii ce simte cel de lângă tine. Numai aşa se putea îmbunătăţi comunicarea dintre noi! Şi la fel este şi în cazul vostru!

Al patrulea stil: soluţionarea problemei

Odată ce aţi înţeles problema şi vă cunoaşteţi reciproc sentimentele, este timpul să treceţi la rezolvarea problemei. Aşa cum am mai spus deja, cele mai multe probleme în legătură cu care există diferenţe de opinii nu au întotdeauna nevoie de o soluţie. De cele mai multe ori avem nevoie doar să ne înţelegem unii pe alţii! Există însă şi unele probleme care nu vor fi rezolvate niciodată! David va continua să sforăie când doarme, iar biroul meu numai organizat nu va fi vreodată! În asemenea cazuri, elementul important pentru o comunicare sănătoasă este capacitatea de a discerne care dintre probleme pot fi rezolvate şi care trebuie acceptate aşa cum sunt!

Al patrulea stil ne vine în ajutor cu trei moduri de rezolvare

a problemelor ce reclamă neapărat o soluţie. Vă puteţi îmbogăţi viitoarea căsnicie însuşindu-vă una din următoarele variante (sau, de ce nu, toate!):

1. *Darul iubirii* – Problema care trebuie rezolvată pare să însemne mai mult pentru unul dintre voi. Celălalt poate, deci, să-i ofere un semn de dragoste, spunându-i: „Dragă, vom face exact aşa cum spui tu, de data aceasta!" Atenţie! Dacă doar unul dintre voi este întotdeauna gata să renunţe, iar celălalt este mereu nemulţumit, atunci trebuie să vă reconsideraţi modul în care abordaţi rezolvarea problemei!

2. *Darul personalităţii* – Nu trebuie să fiţi întotdeauna de acord în toate! Căsnicia noastră ar fi tare plictisitoare dacă nu am avea opinii diferite! Aşadar, în unele cazuri, trebuie să fiţi gata să vă acceptaţi reciproc unicitatea personalităţii.

3. *Darul compromisului* – Aici, fiecare lasă puţin de la el, astfel încât să puteţi afla soluţia optimă pentru amândoi.

Ne vom întoarce la aceste daruri în capitolul următor, când vom aborda subiectul mâniei şi modalităţile de a folosi constructiv conflictul, spre adâncirea unei relaţii.

Comunicaţi, adâncindu-vă relaţia

V-am prezentat în acest capitol patru stiluri de comunicare precum şi un mod mai eficient de a vă exprima sentimentele. Cu toate acestea, dacă nu veţi învăţa să fiţi buni ascultători, comunicarea voastră va avea de suferit. V-aţi gândit vreodată de ce este atât de greu să-l asculţi pe celălalt? Oare să fie din cauză că, în loc să ascultăm în timp ce ni se vorbeşte, noi suntem de fapt concentraţi asupra răspunsului pe care îl vom da?

Ascultaţi, nu reacţionaţi

În Iacov 1:19 citim, „Orice om ar trebui să fie grabnic la ascultare, încet la vorbire, zăbavnic la mânie." Din păcate, de

multe ori ni se întâmplă să le inversăm – suntem zăbavnici în ascultare, grabnici la vorbire şi iuţi la mânie! Staţi un moment şi gândiţi-vă bine la ce vă spunem: dacă am fi într-adevăr gata să-l ascultăm pe celălalt nu ar mai fi atât de greu să evităm conflictul. De ce? Fiindcă avem convingerea că după ce soţul îşi spune punctul de vedere, iar noi încercăm să i-l înţelegem, va veni rândul nostru să ne exprimăm în cuvinte. Astfel, când vine rândul nostru, cuvintele vor reflecta faptul că am ascultat întâi şi am încercat să înţelegem ce ni se spunea.

Sfaturi pentru comunicarea între parteneri

Dorim să vă oferim câteva sfaturi menite să îmbunătăţească apreciabil calitatea relaţiei voastre. Citiţi cu atenţie cele ce urmează:

1. *Alege-l pe „eu" ca subiect al propoziţiei şi construieşte fraza astfel încât acţiunea să se răsfrângă asupra ta.* De exemplu, gândeşte-te la următorul scenariu. Ea îi spune lui: „Mă simt foarte obosită şi frustrată... Am avut o zi grea la lucru. Mi-ar prinde bine un pic de atenţie şi încurajare! Aş aprecia mult dacă m-ai asculta fără să-mi oferi imediat soluţii pentru problemele mele."

2. *Evită să foloseşti pronumele „tu" atunci când comunici...* Acesta tinde să fie destul de ameninţător. De exemplu, fereşte-te să spui ceva de genul: „Ţie nu-ţi pasă de nimic! Puteai măcar să pretinzi că te interesează ce am întrebat-o pe vânzătoare!"

3. *Nu folosi întrebările care încep cu „de ce".* Ele pot fi percepute ca un atac la persoană. Fă o mică pauză înainte să pui o întrebare şi, eventual, reformuleaz-o!

4. *Renunţă total la generalizări precum „niciodată" şi „întotdeauna".* Acestea îţi vor pricinui invariabil probleme!

5. *Luaţi-vă angajamentul să nu vă mai atacaţi reciproc, şi nici să vă tot apăraţi propria persoană.* Deşi pare simplă, această abordare vă

poate fi de folos în păstrarea unei relaţii sănătoase şi vă va scuti de multă bătaie de cap.

Acum este rândul vostru să vă verificaţi preferinţa pentru stilul de comunicare şi disponibilitatea de a lua în serios sfaturile noastre. Ne întâlnim în capitolul următor, când vom vorbi despre conflict şi soluţionarea acestuia. Succes!

Sfatul 4

Rezolvaţi-vă conflictele

Orice om să fie grabnic la ascultare, încet la vorbire, zăbavnic la mânie; căci mânia omului nu lucrează neprihănirea lui Dumnezeu.

IACOV 1:19

Mâine e sâmbătă. Vreau să ne trezim de dimineaţă şi să facem curat. Te rog pe tine să cureţi baia şi holul, iar eu mă ocup de restul apartamentului, spuse Camelia.

— Bine, a răspuns Victor, dar nu cu prea multă convingere. Îşi aducea aminte cu o oarecare nostalgie de zilele de sâmbătă de odinioară, care, înainte de căsătorie, erau petrecute cu prietena lui – actualmente soţia lui – şi adesea cu prietenii. Înclina mai degrabă să încerce să găsească un motiv să o scoată pe ea din casă, sau, de ce nu, să-şi invite prietenii la ei, la „un pahar de vorbă".

Dimineaţa de sâmbătă s-a instalat victorioasă, iar Camelia, căsătorită şi la casa ei de-acum, dar încă sub influenţa obiceiurilor din casa părintească, s-a apucat de treabă. Orele se scurgeau şi ea continua cu sârguinţă să-şi ducă la îndeplinire slujba. Victor s-a sculat ceva mai târziu, a mai moţăit în pat, a mai citit dintr-o carte, apoi dintr-o revistă, apoi a mâncat şi a strâns puţin în bucătărie. Camelia îl privea din când în când pe furiş, aşteptând să-l vadă îndreptându-se spre baie. După altă jumătate de oră, Victor s-a instalat în camera de zi – Camelia tocmai terminase acolo şi totul sclipea de curăţenie – cu

telecomanda de la televizor în mână. Tot schimbând canalele, a găsit un meci de tenis foarte animat, atât de animat încât a uitat cu totul de baia care aştepta să fie curăţată.

Înspre amiază, Camelia s-a aşezat obosită în fotoliu şi s-ar fi bucurat ca soţul ei să o întrebe măcar dacă i-ar putea aduce un pahar cu apă. Ei bine, cum meciul de tenis era în toi, el nu s-ar fi putut deplasa până la bucătărie.

A mai trecut încă o oră, timp în care Camelia s-a întors la bucătărie să pregătească mâncarea. De-acum era convinsă că meciul se va termina, iar pe când mâncarea pe a doua zi va fi gata, se va putea bucura de o baie caldă într-o vană curată. Nu mică i-a fost mirarea când soţul ei a răspuns la un apel telefonic şi l-a auzit spunând: „Da, sigur că puteţi veni la noi. Camelia tocmai a băgat prăjitura în cuptor, aşa că vom mânca ceva bun!" Ei bine, asta le întrecea pe toate! Pe lângă faptul că făcuse aproape toată munca singură, acum să renunţe şi la ultima fărâmă de speranţă că el îşi va îndeplini slujba în casă în acea zi? A păşit plină de mânie înspre camera de zi, vărsându-şi frustrarea asupra lui Victor, dojenindu-l pentru lipsa lui de înţelegere şi acuzându-l de nepăsare şi delăsare.

Învaţă să-ţi gestionezi mânia

Nimeni nu se căsătoreşte pentru ca să se enerveze, ba dimpotrivă! Dar clipele romantice, de vis şi fericire, dinaintea căsătoriei blochează gândirea şi o împiedică să anticipeze conflictele viitoare. De aceea este atât de greu uneori să le vorbeşti celor logodiţi despre modalităţi de abordare a mâniei şi a conflictului. Aceste cupluri au convingerea că ele sunt (sau vor deveni) excepţia care întăreşte regula! Totuşi, după ce se căsătoresc, trebuie să conştientizeze faptul că, fie vor învăţa cum să aprecieze diferenţele dintre ei (inclusiv ce şi cum să înveţe din fiecare ceartă), fie căsnicia lor se va autodistruge. Din fericire, cu toţii ne putem forma, dacă vrem, deprinderi care să ne ajute să găsim o modalitate constructivă de abordare a conflictului, astfel încât relaţiile noastre să nu se deprecieze, ci să se adâncească!

În cartea sa *Love and Anger in Marriage* (Dragoste şi mânie în

căsătorie), David Mace scrie că cea mai mare problemă într-o căsnicie nu este lipsa de comunicare, ci incapacitatea de a aborda şi „procesa" mânia.[5] Atunci când sentimentele noastre negative nu sunt prelucrate într-un mod sistematic, ne trezim prinşi într-un ciclu de tip „iubire-mânie," aşa cum am menţionat şi în capitolul anterior.

Dragoste cu „ţepi"

Gândiţi-vă pentru câteva momente la relaţia voastră de acum. Sunt zile în şir în care probabil nu reuşiţi să vă vedeţi sau să vă întâlniţi. La fel a fost şi în cazul nostru (familia Arp): ne doream să petrecem fiecare moment împreună, dar... nu era posibil – nu locuiam în acelaşi oraş. Partea bună era că, dacă ne supăram unul pe celălalt când ne întâlneam, seara mergeam fiecare la casa lui şi ne mai linişteam.

După ce ne-am căsătorit, despărţirile au luat sfârşit, în schimb s-au înmulţit prilejurile de neînţelegere şi momentele în care „săreau scântei". Dorinţa de a ajunge cât mai repede la un numitor comun nu se-mplinea uşor, nici întotdeauna... Un lucru era clar: nu mai puteam pleca acasă, deoarece eram acasă!

Aşadar, ne retrăgeam fiecare la ale sale, ca să-i dăm celuilalt ocazia şi timpul să se liniştească... Dar nu *asta* era ceea ce aşteptam de la căsnicia noastră! Dimpotrivă, ne doream apropiere şi intimitate, aşa că reîncepeam ciclul: cu cât ne apropiam mai tare unul de celălalt, cu atât săreau mai multe scântei între noi... Cu cât se repeta mai des ciclul „iubire-mânie", cu atât se-nălţa mai mult zidul de despărţire dintre noi! Se lungea, de asemenea, şi lista „lucrurilor despre care nu discutăm", aşa că intimitatea noastră tindea să devină tot mai mult o iluzie!

Aţi trecut şi voi prin experienţe similare cu a noastră sau cu cea amintită la începutul capitolului? Sau poate chiar în acest moment vă simţiţi prinşi în ciclul „iubire-mânie", şi tare-aţi vrea să evadaţi de-acolo! Avem o veste bună pentru voi: puteţi depăşi acest moment! Totul este să fiţi gata să vă asumaţi riscul de-a „procesa" mânia pe care o simţiţi şi de a discuta problemele

apărute. Întâi, să vedem cum procedaţi acum când vă confruntaţi cu mânia...

Cum trataţi mânia?

Deşi nu ne place s-o recunoaştem, adesea ne asemănăm tare mult cu unele vieţuitoare prin modul nostru de abordare a mâniei. În care dintre „micii noştri prieteni" de mai jos vă regăsiţi cel mai bine?

Broasca ţestoasă – Retrasul

În familia noastră, David este „broasca ţestoasă"... Când apare un conflict, prima lui reacţie este să se retragă. Îşi „bagă capul la cutie" şi nu-l mai scoţi din ale lui! Pot eu – care nu mă dau totdeauna în lături de la disputele verbale – să-i ciocănesc mult şi bine în carapace, că el tot nu se sinchiseşte!

Eşti cumva şi tu o broască ţestoasă? Obişnuieşti să te retragi când apare conflictul? Poate că te retragi la propriu, pur şi simplu părăsind camera, sau poate te retragi doar emoţional, detaşându-te practic de discuţie şi de problemă, lăsându-l pe celălalt să se simtă singur. Poate te simţi neajutorat, ştiind că nu are niciun rost să faci ceva, fiindcă oricum n-ai niciodată câştig de cauză. Aşa că, de ce-ai mai deschide discuţia?! Cuvintele noastre de atenţionare sunt următoarele: Retragerea scurtcircuitează relaţia şi reduce şansele de rezolvare. În plus, lărgeşte spaţiile dintre voi!

Sconcsul – Ofensivul

Te asemeni oare cu sconcsul?[6] El este maestrul sarcasmului şi al vorbelor usturătoare. Sconcsul mai degrabă îl va face pe celălalt să se simtă prost, decât să-şi recunoască propriile eşecuri.

Eu mă asemăn mai mult cu sconcsul. Tendinţa mea naturală este de a ataca şi de a-l face pe David să „miroasă urât". Mai degrabă prefer să mă concentrez asupra a ceea ce a făcut sau nu a făcut David, decât să-mi asum responsabilitatea.

În multele seminarii *Marriage Alive* pe care le-am susţinut de-a lungul anilor, am întâlnit multe broaşte ţestoase căsătorite

cu sconcşi, astfel că am asistat la apariţia unei noi specii – *ţestoncsul!* Este o combinaţie între sconcs şi ţestoasă, iar modul în care abordează conflictul nu este greu de ghicit: atacă... şi-apoi se retrage în carapacea sa!

Cameleonul – Schimbătorul

Cameleonul îşi schimbă culoarea, astfel încât să se confunde cu peisajul – şi implicit evită conflictul. El este de acord cu orice opinie din jur. Când e cu cei liniştiţi, e liniştit. Când e cu cei zgomotoşi, e şi el gălăgios. Dorinţa de a fi adecvat, potrivit, asortat cu ceilalţi, dorinţa de a fi acceptat de grup îl împiedică să-şi spună părerea, iar când dă de conflict, se supune majorităţii.

De multe ori, cameleonul reprezintă soţul sau soţia care divorţează după treizeci de ani de „convieţuire". Celor din jur le este foarte greu să-i înţeleagă decizia, deoarece se comportase frumos cu toată lumea şi părea să se fi adaptat atât de bine!

Bufniţa – Intelectualul

Ca şi ţestoasa, bufniţa evită conflictul. Metoda folosită e însă diferită. Bufniţa este intelectualul incurabil, având ca motto cuvintele: „Evită cu orice preţ sentimentele!" Bufniţa poate dezbate orice subiect de natură intelectuală, dar sentimentele îi rămân blocate în creier. O interesează doar faptele, faptele, faptele...

Gorila – Învingătorul

Gorila trebuie să iasă întotdeauna învingătoare! „Armele" ei favorite sunt manipularea şi intimidarea. Sub pielea ei groasă se ascunde o persoană nesigură, al cărei ţel este să iasă bine şi să cadă de fiecare dată în picioare. Gorila ţine o evidenţă riguroasă a jignirilor, a certurilor şi a rănilor, pe care este gata să le „repună pe tapet" la momentul potrivit. Cel mai mult îi place să-ţi demonstreze de ce absolut nimic nu e bine şi de ce are ea întotdeauna dreptate!

Nu-l vom uita niciodată pe Bill, unul dintre participanţii la seminarele noastre, care era un exemplar perfect de gorilă. Cu greu reuşeam să prezentăm materialul propus, deoarece Bill ne

oprea mereu cu întrebări menite să ne demonstreze unde greşeam şi cum puteam să „îndreptăm" lucrurile, dacă făceam cum spunea el... La fel proceda şi cu soţia lui, căreia îi vorbea tare caustic. Soluţia a venit din partea celorlalţi participanţi la seminar. În pauză, câţiva bărbaţi s-au dus şi au cumpărat câteva banane pe care i le-au oferit lui Bill-gorila... Şi el a înţeles în sfârşit mesajul! Ce-a făcut? Chiar dacă nu s-a schimbat radical, a fost dispus să înceapă să lucreze la comportamentul lui.

Care-i stilul tău?

Te identifici cu vreuna dintre aceste vieţuitoare? Sau poate cu mai multe, pentru că poţi reacţiona diferit în momente diferite şi fiind confruntat cu diverse chestiuni. Cu ce probleme vă confruntaţi mai des? Uneori, s-ar putea să ne contrazicem în privinţa unor chestiuni mărunte, dar iritante... De exemplu:

- Eşti Doamna Negativistă şi urmează să te căsătoreşti cu Domnul Pozitivist (sau invers).
- Prenumele tău e Punctualitate, al celuilalt – Întârziere.
- Ţie-ţi place stilul ordonat şi riguros, celălalt menţine un soi de dezordine controlată!
- Când eşti cu prietenii sau prietenele, te pierzi în discuţie, iar partenerul tău e cu ochii pe ceas, cu gândul la ce urmează.

Dacă lucrurile mici nu stârnesc scântei între voi, gândiţi-vă la altele care vor veni, precum finanţele, copiii, socrii, sexul, priorităţile sau administrarea timpului. Care dintre ele vi se pare că au potenţialul de a produce cel mai adesea conflicte între voi? Nu este momentul acum să ne referim la problemele fiecărui cuplu în parte, ar fi un proiect mult prea vast... şi nu acesta este scopul nostru, ci să vă învăţăm principiile rezolvării problemelor atunci când ele apar – fără a ne ocupa neapărat de o problemă sau alta! Cu alte cuvinte, dorim să vă prezentăm un proces de rezolvare a problemelor care să poată fi aplicat la fiecare dintre problemele ce pot apărea în relaţia voastră.

Pe de altă parte, se prea poate să existe o chestiune pe care aţi abordat-o atât de des, încât de-acum vă e şi groază s-o mai discutaţi! Cu toţii am trecut prin situaţii în care am simţit că ni se

urcă sângele-n cap, auzind cum celălalt deschide a „n-şpea" oară acelaşi subiect! De multe ori suntem copleşiţi de resentimente... Dar, când le dăm prea des frâu liber sau când mergem prea departe, ajungem să experimentăm ceea ce psihologul Gottman numeşte „suprasarcină" sau „revărsare de sentimente". Vă simţiţi atât de copleşiţi, încât treceţi în defensivă. Aceasta li se întâmplă mai des bărbaţilor. De multe ori, ei se retrag de la locul conflictului, se închid în ei şi „trag zăvorul"![7]

Uneori, e bine să lăsaţi ca lucrurile să se liniştească. Am mai spus, „cartoful fierbinte" trebuie lăsat pe farfurie ca să se răcească. Când avansaţi „cap la cap" într-o confruntare aprinsă, pierdeţi perspectiva, vă atacaţi şi nu faceţi altceva decât să agravaţi lucrurile. „Răcorirea" nu e doar o expresie figurativă. Dr. Gottman ne spune că atunci când eşti copleşit de cele întâmplate pot apărea anumite simptome fizice. Uneori, simţi că nu mai ai aer... alteori, îţi ţii respiraţia... muşchii se încordează şi pulsul se accelerează. Aceste puseuri emoţionale sunt experimentate atât de bărbaţi, cât şi de femei, dar la femei revenirea la normal este mai rapidă decât la bărbaţi. De aceea, sfatul nostru pentru soţii este să le acorde soţilor mai mult timp pentru „răcire" înainte de a începe o nouă rundă de discuţii![8]

Evaluarea şi exprimarea mâniei

Gândiţi-vă când aţi fost ultima oară furioşi... Cum v-aţi simţit – neînţeleşi sau greşit înţeleşi? Frustraţi? Părăsiţi? Singuri?

Ce faceţi la nervi? Ne amintim încă şi astăzi ce făceam eu în primul an de căsătorie: m-am enervat atât de tare pe David, că am aruncat după el cu săpunul de casă! („Salvo" era un săpun în formă de minge de tenis, foarte greu – şi probabil că a fost socotit de Protecţia Consumatorului o armă periculoasă, fapt pentru care nu se mai comercializează astăzi!)

La nervi şi mânie, ţestoasa se retrage, sconcsul atacă, cameleonul renunţă, bufniţa teoretizează, iar gorila – musai trebuie să câştige!

Este cât se poate de necesar să ne gândim care-ar fi cel mai bun răspuns sau mod de-a reacţiona la mânie. În niciun caz:

„Sincer să fiu, dac-aş putea, l-aş omorî!", cum s-a exprimat una dintre participantele la un seminar *Marriage Alive*! Vă îndemnăm să bifaţi afirmaţiile pe care le socotiţi potrivite, din exemplele de mai jos:

- ❑ Mi-ar plăcea să pot lăsa din mână „cartoful fierbinte", ca să se răcească.
- ❑ Mi-ar plăcea să pot identifica imediat stilul doi de comunicare şi să-l abandonez urgent.
- ❑ Mi-ar plăcea să nu mă mai enervez atât de tare.
- ❑ Mi-ar plăcea să soluţionăm împreună conflictul şi să revenim la intimitatea iniţială.
- ❑ Mi-ar plăcea _____

_____

_____

Vestea bună este că mai există speranţă! Nimic din cele menţionate mai sus nu este imposibil de realizat. În primul rând însă, trebuie să ne ocupăm de mânie. Vă aduceţi aminte de *formula sentimentelor* din capitolul precedent? Sentimentele negative pot fi împărtăşite şi într-un mod pozitiv. David şi Vera Mace, mentorii noştri, ne-au învăţat cum să întocmim un contract pe care să-l folosim atunci când suntem nervoşi unul pe celălalt. Vi-l oferim ca model, sperând să vă fie la fel de folos cum ne-a fost nouă; îl puteţi adapta la nevoile şi situaţia voastră, deşi am dori cel mai mult să nu fie cazul să-l folosiţi!

Aceasta este înţelegerea pe care am făcut-o între noi. La cel mai mic semn de mânie, cerem ajutorul celuilalt. Altfel, se poate întâmpla ca unul dintre noi să cadă pradă nervilor, iar celălalt să nu ştie nimic!

Poţi, de pildă, să-i spui celuilalt: „Dragă, cred că m-am enervat pe tine, dar ştiu că am făcut un contract prin care nu avem voie să ne atacăm personal. Putem să vedem care sunt cauzele acestei mânii şi cum putem rezolva problema?"

Nu credeţi că orice partener care îşi doreşte binele relaţiei şi al viitoarei căsnicii ar răspunde afirmativ la o asemenea întrebare? Şi asta, mai ales dacă ne gândim la punctul doi, care

CONTRACT ÎMPOTRIVA MÂNIEI

Noi, _____ şi _____

Ne angajăm ca ori de câte ori unul dintre noi se enervează să:

1. ...ne mărturisim unul celuilalt enervarea sau furia, de îndată ce devenim conştienţi de ele.
2. ...renunţăm la „dreptul de a ne revărsa mânia" unul asupra celuilalt.
3. ...ne cerem reciproc ajutor, pentru a nu lăsa mânia să crească.

_____ (Semnătura)

_____ (Semnătura)

stipulează că nu îţi vei revărsa mânia asupra celui de lângă tine. Aceasta te face să te simţi liber şi în siguranţă, atât să-ţi împărtăşeşti sentimentele, cât şi să le asculţi pe cele exprimate de partenerul tău... şi nici vorbă de atacuri la persoană!

Odată ce mânia s-a risipit, puteţi vorbi în linişte despre cauza conflictului, şi-apoi punctul trei al contractului intră pe rol. Noi încercăm să ne ajutăm unul pe celălalt, indiferent de motivul care a generat tensiunea. Adesea, nu problema care trebuie rezolvată este pricina de stres, ci mânia sau nervii pe care aceasta îi provoacă.

Numai după ce ai analizat sentimentele pe care le ai, poţi să analizezi problema în cauză. Iar când înţelegi cu-adevărat ce simte sau crede celălalt despre problema respectivă, poţi discuta în linişte despre cele întâmplate. Preocuparea majoră devine problema şi rezolvarea ei, şi nu atacul la persoană sau învinuirile reciproce. Ce mult contează să faci tot ce ţine de tine ca să găseşti o soluţie!

Învaţă procedeul vorbitor/ascultător

Cheia abordării şi rezolvării mâniei şi neînţelegerii nu stă în problema disputată. Dimpotrivă, cheia este să afli metoda prin care să vă aşezaţi de aceeaşi parte a conflictului şi să analizaţi problema împreună. În cartea lor, *Fighting for Your Marriage*, autorii Markman, Stanley şi Blumberg încurajează toate cuplurile să lucreze în echipă, atunci când apare un conflict. Ei scriu: „Când aveţi o problemă, sunteţi puşi în faţa unei alegeri. Fie să lucraţi împreună la rezolvarea ei, fie să operaţi ca şi cum aţi fi unul împotriva celuilalt."[9]

Aşa cum am mai spus şi în capitolul trei, de mare ajutor în cooperarea voastră ca echipă este să vă dezvoltaţi abilitatea de a vă exprima sentimentele proprii şi de a le înţelege pe cele ale partenerului. Apoi, trebuie să continuaţi să discutaţi împreună, până când aţi înţeles pe deplin care e problema.

Doar o „fereastră" o dată, vă rugăm!

Discutarea problemei constituie partea cea mai dificilă. Ni s-a întâmplat şi nouă, când discutam chestiuni sensibile, să ne lăsăm atraşi de alte aspecte şi, înainte de-a ne da bine seama ce se întâmplă, ne trezeam mai nervoşi şi mai supăraţi decât la începutul discuţiei. Discutarea problemei este un proces destul de greoi, mai ales atunci când apar şi alte elemente în discuţie şi se merge pe mai multe planuri. O analogie bună aici ar fi cea cu operarea unui calculator. Dacă sunteţi cât de cât familiari cu programul Windows, ştiţi că se poate deschide numai câte o „fereastră" o dată. Dar, după ce aceasta e deschisă, se pot deschide rând pe rând şi altele. Dacă însă continui să tot deschizi documente, supraîncarci computerul cu fişiere deschise şi, mai devreme sau mai târziu, îţi vor apărea mesaje de genul „Aţi efectuat o operaţiune incorectă", până la „Calculatorul dumneavoastră a căzut!" Calculatorul nu îţi mai răspunde la comenzi şi nu mai poţi face nimic!

La fel se întâmplă când încercaţi să rezolvaţi o anumită problemă şi apar în discuţie alte elemente care nu sunt legate direct de acea problemă. Trebuie să faceţi un efort să abordaţi

doar problema aflată în discuţie, până când sunteţi amândoi siguri că aţi înţeles despre ce este vorba şi ce simte celălalt. Este de dorit să nu deschideţi mai multe „ferestre" odată... sau veţi păţi precum calculatorul: vi se va bloca orice posibilitate de comunicare!

Învaţă să-ţi foloseşti „dreptul la cuvânt"

Prietenii şi colegii noştri de la Universitatea din Denver – Markman, Stanley şi Blumberg – ne oferă o metodă de abordare a unei singure „ferestre" o dată, şi anume *tehnica vorbitor/ascultător,* prin care este încurajată comunicarea.[10]

Pentru a desemna persoana care are cuvântul, puteţi folosi orice obiect: un creion, un pahar, ochelarii etc. În programul lor de educaţie conjugală PREP, ei oferă şi câteva sesiuni de luări de cuvânt. Iată cum se desfăşoară: persoana care are cuvântul este Vorbitorul, cealaltă este Ascultătorul. Scopul este încurajarea dialogului şi stimularea dorinţei de a înţelege sentimentele şi părerile celuilalt.

Tehnica vorbitor/ascultător le oferă partenerilor o metodă prin care să discute în siguranţă problemele sensibile; ea oferă cadrul şi dezvoltă capacitatea de a rămâne la o „fereastră" o dată, pentru a ajunge la exprimarea clară şi răspicată a sentimentelor faţă de celălalt, însă fără a-l ataca. La început, metoda poate să-ţi pară stângace, dar să ştiţi că ea funcţionează, fiindcă amândoi trebuie să respectaţi acelaşi set de reguli. Vă rugăm să reţineţi că folosiţi această tehnică doar când aveţi nevoie de-o structură... şi-acum, iată regulile:

Reguli pentru Vorbitor:

- Vorbeşte în numele tău. Nu căuta să citeşti gândurile celuilalt!
- Foloseşte propoziţii scurte. Nu „da-nainte" la nesfârşit!
- Opreşte-te, pentru a-i da Ascultătorului posibilitatea să parafrazeze.

Reguli pentru Ascultător:

- Parafrazează ceea ce auzi.
- Concentrează-te asupra mesajului Vorbitorului. Nu riposta!

Reguli pentru amândoi:

- Vorbitorul are cuvântul.
- Vorbitorul păstrează cuvântul, iar Ascultătorul parafrazează.
- Ambii au dreptul la cuvânt.

Prima dată când am predat această grilă la seminarele noastre, ne-am gândit să şi exemplificăm arta dialogului. Pentru cine ştie cât suntem de spontani şi că de obicei discutăm liber despre problemele noastre, n-ar fi fost o surpriză să mă audă întrebându-l pe David: „Despre ce vrei să discutăm la sesiunea de dialog?" Iar discuţia a fost cam aşa:

Problema centurii de siguranţă

David (Vorbitor): Vom dialoga pe tema centurii de siguranţă.

Claudia (Ascultător): Vrei să vorbim despre centuri de siguranţă. Adică asta este o problemă pentru noi?

David (Vorbitor): Mda. Am senzaţia că devine un fel de luptă pentru putere... Nici nu ne urcăm bine-n maşină, că-mi şi spui să-mi pun centura de siguranţă... de parcă ai vrea să mă ţii în frâu!

Claudia (Ascultător): Deci, vezi asta ca o luptă pentru putere – între noi? Ca şi cum aş vrea să te controlez?

David (Vorbitor): Da, asta simt... Te porţi cu mine ca o mamă autoritară!

Claudia (Ascultător): Aa, deci mă comport ca mama ta şi ţie nu-ţi place asta?

David (Vorbitor): Exact! Poftim, ai cuvântul!

(aici, David îmi înmânează însemnul celui aflat la cuvânt... Aşadar, eu sunt acum Vorbitorul, iar David – Ascultătorul)

Claudia (Vorbitor): Vai, dar n-aş fi crezut că o centură de siguranţă poate stârni asemenea probleme emoţionale!... Şi nu i-aş zice câtuşi de puţin „luptă pentru putere"!

David (Ascultător): Eşti surprinsă?! Şi zici că nu-i niciun conflict?!

Claudia (Vorbitor): Chiar aşa! Nu vreau să te controlez şi sunt absolut sigură că nu vreau să-ţi fiu mamă, ci soţie!

David (Ascultător): Îmi pare bine să aflu asta!

Claudia (Vorbitor): David... aici trebuia să parafrazezi ce am spus eu şi nu să-ţi dai cu părerea!

David (Ascultător): Iartă-mă! Ai spus deci că nu vrei să mă controlezi şi nici să fii ca mama...

Claudia (Vorbitor): Da, aşa e... Însă încep şi eu acum să înţeleg mai bine că tu credeai că eu încercam să-ţi impun să faci ce voiam eu.

David (Ascultător): Aşadar, începi să înţelegi şi tu de ce mi se părea că e vorba despre o luptă pentru putere.

Claudia (Vorbitor): Da, îmi pare rău că ai crezut că e luptă pentru putere – eu voiam doar să te ştiu în siguranţă! Mă tem că atunci când nu sunt cu tine în maşină uiţi de centură, şi Doamne-fereşte de un accident!

David (Ascultător): Deci, ceea ce te face să-mi spui mereu să-mi pun centura este doar grija pentru siguranţa mea!

Claudia (Vorbitor): Da, aşa e... Nu e vorba de nicio luptă pentru putere!

Pe măsură ce ne apropiam de finalul micii noastre dezbateri, participanţii dădeau semne că vor să intervină... Nici nu am terminat bine, că o doamnă din primul rând a spus: „David, sunt asistentă medicală şi lucrez la Terapie Intensivă. Chiar săptămâna trecută ne-a fost adus un bărbat paralizat de la brâu în jos... Fusese lovit din spate de o altă maşină chiar în momentul în care a ieşit cu maşina din garaj şi a dat cu spatele în şosea, neavând încă pusă centura de siguranţă!"

David şi-a dat seama că era în minoritate... Era deja timpul să trecem mai departe, dar ne-am bucurat să vedem că fiecare înţelesese cum să folosească această tehnică. Şi nu în ultimul

rând, ne ajutasem şi pe noi... A fost pentru prima oară când am înţeles amândoi ce simţea celălalt în problema centurii de siguranţă! Şi amândoi am fost de acord că nu vom permite ca acest subiect să devină o luptă pentru putere. Eu i-am arătat lui David că l-am înţeles, când i-am spus: „Înţeleg de ce ţi se pare că este o luptă pentru putere", iar David mi-a dovedit că m-a înţeles, când mi-a spus: „Da, îmi dau seama că de fapt tu-mi purtai de grijă, şi nu voiai să mă domini!" Pe drumul spre casă, am continuat (fără microfonul imaginar) discuţia pe aceeaşi temă şi am ajuns la un compromis.

Rezolvă ce poţi, acceptă restul

Din momentul în care v-aţi exprimat sentimentele şi le-aţi înţeles, după ce aţi identificat problema, aţi discutat-o şi aţi convenit că vreţi s-o rezolvaţi, puteţi trece la cei patru paşi pentru rezolvarea conflictului.[11] În cele ce urmează, vă prezentăm metoda noastră de rezolvare. Unii poate că aveţi deja propria metodă pentru astfel de cazuri, dar credem că una în plus nu vă strică.

Primul pas: Definiţi problema. Aceasta este chiar partea aceea grea cu discutarea problemei, pe care tocmai v-am prezentat-o. Poate-ar fi bine să scrieţi pe o foaie de hârtie cum vedeţi fiecare problema şi cum aţi rezolva-o; în felul acesta, lucrurile vi se vor limpezi mai mult în minte.

Al doilea pas: Vedeţi care dintre voi are nevoie de o soluţie şi care sunt contribuţiile celuilalt la rezolvarea problemei.

Al treilea pas: Gândiţi-vă la cât mai multe soluţii posibile şi scrieţi-le pe o foaie de hârtie. Aici, v-ar fi de folos un pic de simţ al umorului! Râsul nu este doar un medicament pentru suflet, ci şi un mod de apropiere atunci când conflictul v-a îndepărtat!

Al patrulea pas: Alegeţi un plan de acţiune. De pe lista de posibile soluţii, alegeţi-o pe cea pe care amândoi aţi vrea s-o

încercaţi; dacă merge, cu-atât mai bine, dacă nu, abordaţi-o pe următoarea! Veţi descoperi probabil că fiecare soluţie presupune şi renunţare şi acceptare. În final, veţi vedea că, în principal, există trei căi de a ajunge la o rezolvare. Aşa cum am spus şi în capitolul anterior, puteţi să alegeţi între iubire, individualitate sau compromis (fiecare cedând câte puţin). Să le trecem din nou în revistă:

Cele trei daruri ale iubirii

O primă metodă de soluţionare este prin *darul iubirii*. Unele aspecte au o mai mare importanţă pentru unul decât pentru celălalt. Cel mai simplu mod de rezolvare a problemei este ca cel care nu pune atâta preţ pe aspectele controversate ale problemei să accepte poziţia celuilalt. De exemplu, recent – când ne-am renovat bucătăria – eu am ales nuanţa de albastru care mi-a plăcut cel mai mult. Lui David, albastrul respectiv i s-a părut mai degrabă un violet şi nu-şi putea închipui cum vor arăta pereţii bucătăriei în culoarea respectivă. Dar, de vreme ce a avut încredere în gusturile şi-n experienţa mea, nu a mai insistat... Când totul a fost gata, a fost impresionat de albastrul de pe pereţi – arătau chiar bine!

Al doilea mod de rezolvare este *darul individualităţii*. Adevărul e că nu trebuie să fim întotdeauna de acord cu celălalt. Este normal să nu avem aceleaşi preferinţe în toate domeniile. De exemplu, noi avem gusturi diferite la mâncare. Lui David îi place foarte mult sfecla, pe când eu – nu vreau nici măcar s-o văd! Imaginaţi-vă, deci, cât de surprins a fost David când i-am arătat stratul de sfeclă pe care-l semănasem doar pentru el în grădina de legume! (E drept că, mai târziu, am recunoscut că fusesem sigură că semănasem ridichi, dar asta este altă poveste!...)

Mai mult, „acţiunile altcuiva nu pot dicta răspunsul nostru. Dumnezeu Şi-a trimis Fiul într-o lume care-L ura. Dacă Dumnezeu ar fi aşteptat ca lumea să fie «demnă» să-L primească, Fiul Lui nu ar fi venit niciodată. Adevărul acesta necesită încă o disciplină spirituală a părtăşiei, de fapt, una din cele mai dificile discipline spirituale – cea a iertării."[12]

A treia cale este *compromisul*. Amândoi cedăm un pic în favoarea celuilalt, pentru a înlesni procesul de aflare a soluţiei convenabile. Şi aşa se rezolvă multe dintre conflictele iscate de diferenţele dintre noi!

Din experienţa noastră, vă putem spune că nu există o regulă strictă care să ne spună când să folosim doar una dintre modalităţi şi când să le folosim pe toate trei. E posibil să aveţi păreri diferite în domenii ale vieţii precum politica, muzica etc. Nu uitaţi că scopul nu este să fim identici; adesea, tocmai aceste diferenţe fac deliciul căsniciei. Problemele apar atunci când unul dintre soţi renunţă tot timpul, când vă mulţumiţi doar să „co-existaţi" sau când utilizaţi compromisurile ca mijloc de manipulare.

Rezolvarea problemei centurii de siguranţă

Pe drum spre casă, am redeschis subiectul centurii de siguranţă, început la seminar. Amândoi am fost de acord că niciunul nu intenţionasem să creăm o luptă pentru putere, iar David a înţeles de ce mie îmi era teamă să-l ştiu fără centură. În această situaţie, am decis să mergem pe soluţia de compromis şi amândoi am cedat câte puţin. David mi-a promis că va încerca să nu mai uite să-şi pună centura în momentul în care porneşte motorul. Scuza pe care o folosise până atunci („Întotdeauna mi-o pun la primul semafor") nu mai era valabilă, după cele povestite de asistenta participantă la curs.

Eu i-am promis că voi încerca să-i las mai mult timp să-şi pună centura şi să nu mai sar imediat cu gura... iar dacă totuşi îl atenţionez, să folosesc un ton cât mai destins sau chiar puţin umor, ori de câte ori va fi posibil.

Credeţi că am rezolvat complet problema? Nicidecum! Suntem însă pe calea cea bună. Probabil că vor mai apărea discuţii pe această temă, însă am reuşit să detensionăm problema şi să diminuăm mult nivelul frustrării.

Toţi avem probleme

Cât timp suntem căsătoriţi sau cât timp trăim pe acest pământ, ne vom lovi de probleme care implică decizii. Iar

căsătoriile în care amândoi sunt întotdeauna de acord şi se tolerează în toate sunt cele mai plictisitoare de pe pământ! Acolo nu există conflicte, dar nici intimitate!

Daţi-ne voie să vă lansăm provocarea de a căuta modalităţi de prelucrare şi tratare a frustrărilor, a diferenţelor dintre voi.

La încheiere

Alegeţi-vă timpul potrivit! Evitaţi subiectele delicate seara târziu, când sunteţi obosiţi, sau atunci când sunteţi flămânzi ori fără niciun chef... De asemenea, nu uitaţi că jocurile de-a autoritatea distrug o relaţie. Nu trebuie să aveţi întotdeauna dreptate. Nu e uşor să găsiţi o soluţie. E greu să rezistaţi ispitei de a vă şantaja sentimental. Dar merită să faceţi orice efort, dacă doriţi să găsiţi o soluţie optimă. Relaţia voastră va avea de câştigat! Iar atunci când este posibil, nu evitaţi să daţi întâietate aceluia dintre voi care se pricepe mai bine în domeniul respectiv!

Există perioade când David insistă mai tare asupra unui subiect sau a soluţiilor propuse de el, şi atunci eu îi respect părerea. Alteori, rolurile se inversează. Din păcate, nu este întotdeauna la fel de uşor. Ni s-a-ntâmplat să ne străduim din răsputeri să găsim soluţiile cele mai bune, dar cu toate astea rezultatele au fost dezastruoase. Ce-i de făcut în astfel de cazuri? Să ne dăm bătuţi? Nici vorbă! Şi vă încurajăm şi pe voi să perseveraţi!

Ce-i de făcut atunci când aţi ajuns într-un punct mort, din care pur şi simplu nu mai este cale de ieşire? Pentru că, uneori, chiar nu veţi reuşi să găsiţi o soluţie! Aduceţi-vă aminte că specialiştii în domeniu ne-au spus că 80% din motivele pentru care ne certăm nu necesită o soluţie. În schimb, este absolut necesar să înţelegem ce simte cel de lângă noi.

Cuplurile înţelepte vor şti să identifice situaţiile critice, sortite să rămână fără soluţie cât vom trăi pe acest pământ. Adesea, trebuie doar să ne acceptăm exact aşa cum suntem, cu talentele, cu lipsurile sau cu ciudăţeniile fiecăruia. Dacă nu ai reuşit să-ţi schimbi partenerul până acum, crede-ne: nu o vei face nici după căsătorie! Mai bine alege să accepţi şi să te bucuri de acele mici obiceiuri puţin mai ciudate, dar care îl fac deosebit.

Ce se întâmplă însă când apar probleme cu adevărat importante, când vă aflaţi în situaţii ce nu pot fi rezolvate cu ajutorul metodelor prezentate de noi? Puteţi recurge la un consilier, preot sau pastor ori chiar la consultarea unui cuplu căsătorit de mai mulţi ani, care vă pot ajuta – pe termen scurt – cu sfaturile şi îndemnurile lor. În acelaşi fel, rugăciunea sinceră şi cercetarea relaţiei personale cu Dumnezeu sunt o adevărată binecuvântare. Aşa cum bine ştim, dacă ai intrat cu maşina pe sens unic, degeaba strigă la tine un pieton de pe trotuar. Cel mai bun ajutor să ieşi din încurcătură ar fi un poliţist amabil, care să vină şi să oprească circulaţia ca să poţi întoarce maşina în siguranţă. În acelaşi fel îţi poate fi de folos un consilier sau un prieten de încredere, când ai ajuns la un impas în viaţa de căsnicie.

De cele mai multe ori însă, dacă veţi dori să trageţi împreună în aceeaşi direcţie, să atacaţi problema şi nu persoana, să procesaţi mânia şi să lucraţi împreună pentru a afla soluţiile cele mai potrivite, vă va fi mult mai uşor. Se prea poate ca rezolvarea să vină aproape de la sine, atunci când veţi învăţa să vă acceptaţi aşa cum sunteţi, adică să vă oferiţi darul individualităţii, de care vorbeam mai sus. Darul acesta vă ajută să recunoaşteţi că sunteţi amândoi creaţi după chipul lui Dumnezeu şi sunteţi împreună moştenitori ai vieţii veşnice. Numai după aceea veţi putea să apreciaţi diferenţele dintre voi şi să profitaţi de ele.

Înainte de a încheia acest capitol, am vrea să vă atragem atenţia asupra unui lucru. În fiecare an noi, familia Ban, le spunem celor care participă la seminarele de consiliere premaritală cât este de important să-şi discute problemele şi să le găsească o rezolvare înainte de ziua nunţii. Ţinem minte şi acum că într-una dintre serii am avut un cuplu care ne-a mărturisit că ei încă nu se certaseră niciodată şi cel puţin unul dintre ei era convins că nici nu se vor certa vreodată... Dar, după ce am discutat ceva mai mult doar cu ei doi, am înţeles că în cazul lor comunicarea şi deschiderea totală nu erau lucrurile cu care se puteau lăuda. Aveţi mare grijă la diferenţă: cearta – împăcarea şi evitarea cu orice preţ a conflictelor – s-ar putea ca în final preţul evitării să fie prea mare!

Sfatul 5

Administraţi-vă finanţele

Negreşit, evlavia însoţită de mulţumire este un mare câştig. Căci noi n-am adus nimic în lume, şi nici nu putem să luăm cu noi nimic din ea.

1 TIMOTEI 6:6-7

Era o zi frumoasă de septembrie şi, împreună cu Adi, ne pregăteam să mergem să vedem câteva apartamente de închiriat. În câteva săptămâni, începeam studiile de masterat şi doctorat, iar universitatea la care urma să mergem nu avea destule apartamente în campus pentru cei căsătoriţi, aşa că ne-am văzut nevoiţi să căutăm un loc în oraşele din împrejurimi.

Deoarece eu eram însărcinată cu primul nostru copil, încercam să găsim ceva cât mai aproape de universitate, ca să nu petrecem prea mult timp pe drum. Îmi aduc şi acum aminte, deşi au trecut mai bine de zece ani de atunci, de tot efortul şi toată munca de căutare care au durat mai mult de patru săptămâni. Într-o zi, toată această alergătură părea să fi luat sfârşit. Găsiserăm un apartament destul de spaţios, cu o chirie lunară acceptabilă, la o distanţă de 45 de minute cu maşina. Am semnat un precontract şi am dat avansul. Deşi am fi preferat campusul, am considerat că am făcut o alegere bună.

Nu ştiam noi însă ce vor aduce orele următoare. La scurt timp după ce am semnat precontractul, am primit un telefon de la administratorul universităţii care ne anunţa că tocmai i se eliberaseră două apartamente... „Un răspuns la rugăciuni!" mi-a

zis Adi, după ce conversaţia a luat sfârşit. Bucuria se contopea cu emoţia şi cu un sentiment de nesiguranţă.

Ajunşi în campus, ne-am dus să vedem apartamentele. Unul era ceva mai mare şi mai bine împărţit, într-o clădire mai nouă. Celălalt era mai micuţ. Având proaspăt în minte apartamentul din afara campusului, eu l-am preferat pe primul. Aşa cum probabil bănuiţi, chiria pentru primul era ceva mai mare. Prin urmare, Adi s-ar fi mulţumit şi cu al doilea. Însă mai era o problemă: şi o altă familie de studenţi a avut ocazia să vadă primul apartament şi în următoarele zile trebuia să dea un răspuns şi să spună dacă doresc acel apartament sau nu. Din nou eram puşi în situaţia de a aştepta un răspuns.

Nu pot să vă descriu în cuvinte cu câtă ardoare m-am rugat în acele zile pentru apartamentul care-mi plăcuse mai mult. Probabil şi faptul că eram însărcinată a făcut ca starea mea emoţională să fluctueze şi să mi-l doresc cu atâta pasiune. Domnul mi-a răspuns din nou: după două zile, am primit vestea că ne puteam muta ÎN CAMPUS, în APARTAMENTUL dorit! Mulţumirea noastră, mai ales a mea, nu putea fi descrisă în cuvinte.

Dar povestea nu se încheie aici... Săptămânile şi lunile care au urmat au fost o constantă aducere aminte a faptului că apartamentul preferat de Adi ar fi fost o alegere mai bună.

Acum, când mă despart atâţia ani de la acea întâmplare, îmi dau seama că Domnul S-a uitat la mine şi la cererea mea – care de fapt a fost mai mult o mârâială necontenită – şi a zis: „Asta e ceea ce vrei cu orice preţ? Nu crezi că ar fi mai bine să spui: «facă-se voia Ta, Doamne»? Bine, am să îngădui să primeşti acel apartament. Dar ar fi fost mult mai bine dacă ţi-ai fi pus încrederea în Mine şi nu ai fi insistat. Credinţa ta s-ar fi adâncit şi ai fi înţeles că planul Meu pentru tine este superior." Probabil a fost o experienţă similară cu cea a poporului evreu când Domnul le-a dat prepeliţele în pustie... au fost cu mult mai multe decât ar fi putut ei strânge şi mânca...

Viaţa în doi îşi are partea ei de provocări, dar experienţele care te apropie de Dumnezeu sunt cele mai memorabile. De multe ori însă, deciziile legate de aspectele financiare ne apropie

sau ne distanţează unul de celălalt. Dar înainte de-a analiza cu atenţie câteva principii de administrare a banilor, haideţi să vedem care sunt acei factori care ne influenţează deciziile financiare.

Cheltuim aşa cum am fost obişnuiţi în familie

Dacă vă mai aduceţi aminte, v-am povestit la începutul acestei cărţi că noi, familia Ban, am aflat în urma testului *PREPARE* că aveam o abordare cu totul diferită a banilor. Deşi amândoi crescuserăm în familii în care mama era „ministrul de finanţe", mama lui Adi nu a lucrat niciodată într-o instituţie, pe când mama mea a fost angajată mai bine de 20 de ani, aşadar în casă au fost două salarii. Datorită acestui fapt, Adi a fost întotdeauna mult mai dispus decât mine să urmeze exemplul mamei lui, acela de a analiza cu mare atenţie toate implicaţiile unei după-amieze petrecute la cumpărături, pornind de la lista cu nevoi aranjate în ordinea priorităţilor, şi nu a preferinţelor, şi terminând cu întrebarea: „Care este bugetul pentru astăzi?" Mie mi-a luat mult timp să accept că acest cuvânt trebuie să facă parte din vocabularul unei familii, mai ales a acelei familii care îşi doreşte să rămână credincioasă chemării Domnului.

Cum sunteţi voi? Gata oricând pentru cumpărături? Consideraţi că e o mare pierdere să intraţi într-un magazin de haine unde multe articole sunt la preţ redus şi să nu cumpăraţi nimic? Intraţi în magazine doar să vă uitaţi şi, oricât de bună e oferta, nu vă schimbaţi decizia luată de-acasă de a nu cheltui niciun ban în ziua respectivă?

Mulţi dintre noi intrăm în căsnicie având aşteptări în ceea ce priveşte viitorul nostru financiar, dar şi cu obiceiuri gata formate în „arta cheltuitului". Ca să vă ajutăm să înţelegeţi mai bine mesajul pe care dorim să-l transmitem, vă invităm să răspundeţi individual la întrebările de mai jos:

- Cine era „ministrul de finanţe" la voi în casă? Cu alte cuvinte, cine administra banii?
- Ce ai învăţat din modul în care s-au relaţionat părinţi tăi la bani şi la nevoile financiare?

- Care a fost stilul adoptat de părinţii tăi: cheltuiau numai când era necesar şi nu depăşeau bugetul lunar, sau cheltuiau ori de câte ori doreau să cumpere ceva? Deciziile erau luate de comun acord, sau aveau opinii diferite?
- Câţi ani ai avut când ai început să lucrezi (în cazul celor care deja lucrează)?
- Ce ai făcut cu primul salariu?
- Dacă lucrezi deja, ai un buget lunar bine stabilit?
- Ai dat vreodată socoteală cuiva de modul în care ţi-ai cheltuit banii?

Ne aducem aminte de întâlnirea pe care am avut-o cu un cuplu înainte să se căsătorească. Deşi ne-a mărturisit că i-ar fi plăcut să fi fost altfel, viitoarea mireasă ne-a spus că părinţii ei îşi administrau salariile separat şi fiecare avea contul lui. În cazul lui, părinţii îşi ţineau banii împreună. Ea îşi dorea mult să urmeze exemplul viitorilor ei socrii, însă pentru el, asta ar fi însemnat că ea are o prea mare doză de control şi putere de influenţă asupra banilor. Fie că sunteţi sau nu într-o situaţie similară, există câteva principii biblice care ne slujesc ca îndrumător.

Principii biblice de administrare a banilor

Ca în celelalte domenii ale vieţii în doi, atitudinea noastră faţă de resursele financiare este o reflecţie directă a sistemului nostru de crezuri şi valori morale şi spirituale. În cartea sa *Onest cu Dumnezeu*, Bill Hybels ne provoacă să ne analizăm relaţia cu Isus prin prisma necesităţilor financiare. El scrie, „*Primul pas* pentru zdrobirea puterii înrobitoare a banului este întărirea relaţiei cu Isus Cristos. Oamenii care umblă aproape de El în fiecare zi descoperă un adevăr uimitor: El le satisface cele mai profunde nevoi sufleteşti. Deoarece experimentează pacea Lui, doresc din ce în ce mai puţin să-şi aline durerile sufleteşti cu analgezice cu efect temporar pe care le pot procura cu bani."[13] Aşadar, modul în care ne administrăm banii are o mare putere de influenţă asupra relaţiei personale cu Dumnezeu, acesta fiind primul principiu pe care să îl reţinem.

În al doilea rând, modul nostru de administrare a banilor trebuie să reflecte faptul că Dumnezeu este suveran peste toate lucrurile şi că tot ce avem vine de la El. În calitate de creştini, ar trebui să rezistăm ispitei de a adopta priorităţile acestei lumi şi să ni le însuşim pe cele lăsate de Dumnezeu. Nu trebuie să citim prea multe articole sau cărţi în domeniu ca să vedem că ordinea celor din lume este stabilită de dorinţa după câştig. Dacă ea devine cap de listă sau prioritatea noastră numărul unu, atunci ne vom concentra asupra modului cel mai eficient în care o putem fructifica la maxim. Citiţi însă diagrama de mai jos.

PRIORITĂŢILE LUMII	**PRIORITĂŢILE BIBLIEI**
Câştig bani	Câştig bani
Îi cheltuiesc pe ce vreau	Îi dăruiesc
Îmi plătesc datoriile	Îi economisesc
Îi economisesc	Îmi plătesc datoriile
Îi dăruiesc	Îi cheltuiesc, bucurându-mă de ce am[14]

Adoptaţi priorităţile acestei lumi şi veţi intra într-o cursă fără linie de sosire. Întotdeauna va exista un alt scop, o altă maşină, o altă rochie, o altă slujbă care „mă va împlini şi mă va face mai fericit". Cuvintele multimiliardarului Rockefeller vă sunt poate cunoscute. Când a fost întrebat de câţi bani are cineva nevoie pentru a fi fericit, a răspuns, „De puţin mai mulţi decât are." Dumnezeu, Creatorul nostru, ştie şi cunoaşte nevoile noastre, dar dacă nu-L lăsăm pe El să ni le împlinească, atunci inima noastră va fi legată de comoara noastră, şi nu de El.

În al treilea rând, trebuie să fim responsabili cu datoriile noastre, pentru ca astfel mărturia noastră de copii ai lui Dumnezeu să nu fie ştirbită. Adesea, când suntem credincioşi lui Dumnezeu şi respectăm termenele limită, El ne dă binecuvântări neaşteptate. Chiar zilele trecute citeam despre o familie care fusese înglodată în datorii. Cu toate acestea, nu au făcut niciodată o derogare de la regula zeciuielii date Domnului la fiecare salariu. Mai mult, au reuşit să-şi plătească datoriile în timp record. Ei şi alţii sunt o mărturie pentru noi că dacă-L

cinsteşti pe Domnul şi îţi încredinţezi soarta în mâna Lui, „îţi vor izbuti planurile" (vezi Proverbe 3:5 şi 6 şi 16:3).

Cum vă propuneţi să vă folosiţi finanţele?

Este recomandabil să aveţi scopuri bine definite, când e vorba de bani. Important, de asemenea, este să fiţi amândoi de acord cu ele. Aici, un cuvânt de atenţionare! Odată stabilite aceste scopuri, pe măsură ce lucraţi la realizarea lor, se prea poate să obţineţi ceea ce v-aţi dorit, dar să nu mai aveţi timp sau putere să vă bucuraţi de acele lucruri. Putem crede că avem totul şi în realitate să nu avem nimic!

Dr. M. Scott Peck, în cartea sa *Drumul către tine însuţi*, scrie că un semn al maturităţii este capacitatea de a aştepta cu răbdare să te simţi satisfăcut! Asta, chiar dacă trăim într-o civilizaţie a lucrurilor „instant", în care suntem încurajaţi să ne-mprumutăm şi să plătim mâine, pentru ca să ne cumpărăm astăzi ceea ce dorim!

Problemele conjugale s-ar împuţina dacă nu am vâna satisfacţiile de moment!

Un alt lucru pe care ar trebui să-l învăţăm este să ne mulţumim cu mai puţin! Putem trăi liniştiţi, chiar dacă nu avem totul sub soare... Nu e vorba de niciun sacrificiu aici! Dacă nu am vedea reclamele obsedante de la televizor, nici măcar nu am şti că există atâtea din lucrurile după care acum tânjim!

Nu avem pretenţia că vă oferim consultanţă financiară. Nici la noi lucrurile nu merg întotdeauna ca pe roate, însă ne străduim ca ele să iasă cât mai bine – aşa că vă putem da câteva îndemnuri pe care noi, familia Arp, le-am urmat de-a lungul celor aproape 40 de ani de căsnicie:

1. Din când în când, ţineţi o socoteală riguroasă a cheltuielilor, până la ultimul bănuţ! Dacă faceţi lucrul acesta una sau chiar două luni la rând, veţi putea observa unde şi cum vă cheltuiţi banii şi veţi putea face modificări pentru echilibrarea balanţei cheltuieli/economii. Nu vă va fi uşor, dar nici imposibil!

2. Limitaţi cheltuielile pentru care plătiţi cu carte de credit doar la cele pe care le puteţi achita lunar. Când bugetul nostru e minim, noi evităm să plătim cu cartea de credit. Sigur că, pe moment, pare uşor să uzaţi de ea, dar nu trece bine luna şi-apar

facturile scadente! Vorba unui pastor american, acest gen de „operaţie plastică" este de dorit!

3. Fiţi cu mare băgare de seamă la împrumuturi! Ofertele ne copleşesc, începând de la aparate de uz casnic şi terminând cu case proaspăt construite. Citiţi cu mare atenţie orice contract înainte să-l semnaţi. În unele cazuri însă, cel mai indicat ar fi să consultaţi un specialist în domeniu şi să nu luaţi o decizie de moment.

4. Nu vă privaţi de bucuria de a dărui! Cunoaştem multe cupluri care au un cont special în bancă. În fiecare lună, alimentează prin economii acel cont, de unde trimit apoi banii la diverse acţiuni cu scop umanitar: pentru aziluri, orfani, persoane cu nevoi speciale, biserici, misionari sau tot felul de alte organizaţii creştine sau misiuni de caritate.

5. Învăţaţi-vă să economisiţi bani. Consideram pe vremuri că nu ne puteam permite să punem bani de-o parte. Dar nu cât economiseşti e important, ci obiceiul în sine. Luaţi în calcul proiecte de scurtă sau lungă durată, cum ar fi un fond pentru anii de facultate a copiilor cu care Domnul vă va binecuvânta. Recent, stăteam de vorbă cu o prietenă foarte bună, căsătorită de aproape 20 de ani, actualmente casnică. Mi-a mărturisit că dacă se uită în urmă şi analizează balanţa financiară a fiecărui an de căsătorie, anul în care au pus cel mai puţin de-o parte a fost cel în care au lucrat amândoi şi ea a avut un salariu destul de mare. Fără să îi cer eu detalii, a continuat să-mi spună cum de fiecare dată când lua salariul, îşi aducea aminte fie de poşeta, de pantofii sau de setul de vase pe care şi le dorise de atâta timp, dar nu avusese banii necesari până atunci.

Zilele trecute am citit un articol cu titlul „Şase scuze (fără temei solid) pentru a nu economisi bani". Printre ele am găsit unele menţionate mai sus, cum ar fi, salariul meu nu este destul de mare ca să-mi permită să economisesc, am vreme să o fac mai târziu în viaţă, cred că merit şi eu puţin lux în viaţa mea sau îi las pe alţii să o facă în locul meu. Deşi necreştin, autorul sugerează că dacă te vei opri să te mai gândeşti la tot felul de scuze şi vei începe să pui bani deoparte, vei experimenta ceva foarte interesant: după şase luni de economisire, va ajunge să-ţi placă, şi îţi va plăcea atât de mult, încât vei dori să-ţi menţii acest obicei.[15]

Alegeţi-vă cu atenţie stilul de viaţă

Aspectul acesta este atât de delicat, încât numai voi singuri îl puteţi decide... şi vă îndemnăm să luaţi împreună decizia. Discutaţi care vă sunt necesităţile, pentru că acestea diferă de la un cuplu la altul. Care sunt lucrurile fără de care nu puteţi trăi? Cât de important este pentru voi să locuiţi într-o casă proprietate personală, să conduceţi o maşină nouă sau să aveţi un televizor, o combină muzicală sau o cameră video? Care vă sunt pasiunile? Aşterneneţi-le pe hârtie. Nu uitaţi să le includeţi şi pe cele mai puţin luate în considerare în mod curent, cum ar fi timpul în doi, prietenii, precum şi activităţile comunitare sau religioase. Lista voastră trebuie să includă tot ce solicită o investiţie de timp şi/sau bani.

Patru paşi pentru o mai bună administrare a banilor

Ca să nu începeţi cu stângul, vă sugerăm patru paşi pentru o mai bună administrare a banilor: primul pas – faceţi o analiză a situaţiei din prezent; al doilea pas – stabiliţi-vă cu atenţie scopurile; al treilea pas – alcătuiţi un buget realist; şi al patrulea pas – fiţi buni administratori.

Pasul 1: Analizaţi-vă situaţia din prezent

Un prim pas care se cere făcut este o analiză atentă a situaţiei financiare în care vă aflaţi în prezent. Veniturile reprezintă „volumul resurselor materiale şi băneşti care îţi revin într-o perioadă determinată de timp" (DEX). Deseori am întâlnit persoane care prin venit înţeleg strict salariul pe care-l încasează lunar. Dacă nu există alte surse de venit, atunci este corect. Cu toate acestea, de cele mai multe ori am văzut că unii oamenii au şi alte surse de venit. De exemplu, există meseriaşi buni care lucrează şi după orele de muncă. Toate acele încasări, pe lângă salariul lunar, intră în această categorie a veniturilor. În aceeaşi situaţie se află şi un cuplu ai căror părinţi locuiesc la ţară şi cultivă tot felul de produse în grădină. Legumele şi fructele pe care le primesc de acolo intră în această categorie a veniturilor. De ce? Pentru că dacă ar fi să le cumperi de la piaţă, ai fi nevoit

să plăteşti pentru ele o anumită sumă de bani, ceea ce nu se întâmplă în realitate – deci beneficiezi de o sursă de venit suplimentară.

Care sunt veniturile tale/voastre ? Oferim mai jos un exemplu de tabel simplu pe care vă sfătuim să vi-l construiţi pentru a reflecta situaţia voastră actuală. O puteţi face luând o unitate de timp bine definită, o lună sau un an (sau una care credeţi că va reflecta cel mai bine situaţia voastră).

Tipul de venit	**Valoarea lui în Lei/lună**
Salariu soţ	1200 lei
Salariu soţie	1000 lei
Lucru după program	800 lei
Grădină părinti (El)	100 lei
TOTAL	3100 lei/lună

Împrumuturile, conform aceluiaşi dicţionar, „sunt bunuri materiale sau bani luaţi pentru a fi restituiţi" – de obicei, restituirea se face cel puţin la valoarea lor iniţială sau cu dobândă. Aţi luat deja bani cu împrumut? Ştiţi cu ce datorii veţi rămâne după ce vă veţi spune „da" unul altuia? Priviţi cu atenţie tabelul de mai jos şi puneţi-vă deoparte câteva minute pentru a-l completa împreună. Astfel veţi înţelege mai bine situaţia în care vă aflaţi înainte de căsătorie.

ÎMPRUMUT/RATE SUMA DATORATĂ RATA TERMEN DE PLATĂ

Credit de consum _____ ____ _____
Rata la apartament/casă _____ ____ _____
Rata la maşină _____ ____ _____
Alte împrumuturi _____ ____ _____

TOTAL: _____ _____

Ce aţi descoperit în urma completării tabelului? Credeţi că le veţi putea plăti împreună? Dacă unul dintre voi este îngrijorat din cauza datoriilor, acest aspect trebuie neapărat discutat împreună. Nu-l evitaţi acum, înainte de căsătorie, crezând că după căsătorie lucrurile se vor schimba. De cele mai multe ori, datoriile sunt oglinda personalităţilor noastre şi chiar a caracterului nostru, precum şi a modului în care ne-am obişnuit să cheltuim.

Întrebaţi-vă ce puteţi face pentru a reduce suma datorată. Faceţi-vă un plan lunar şi nu renunţaţi la el.

Pasul 2: Stabiliţi-vă scopul financiar

Indiferent de modul în care vă relaţionaţi la bani şi la datorii, va fi bine să vă gândiţi la un scop financiar pentru viitor, unul care să reprezinte dorinţele şi opiniile amândurora. În acest sens, este foarte indicat să discutaţi de pe acum dacă veţi dori să continuaţi amândoi să lucraţi şi după căsătorie. Care este modelul vostru? Aţi crescut în familii în care ambii părinţi au lucrat? Cât de consacraţi erau ei slujbelor lor? Ce a însemnat acest lucru pentru voi?

Un cuvânt de atenţionare aici! Acest scop sau plan financiar pe care îl discutaţi acum va trebui revizuit după ce vi se va naşte primul copil. „Tot căutând să ne îmbunătăţim viaţa, ne-am pierdut cealaltă opţiune, aceea de a «lucra» ca gospodine fără a avea altă slujbă sau fără a vrea o altă slujbă decât cea din casă. Pe scurt, femeile s-au «eliberat» de adevărata libertate şi s-au convins pe ele însele că absenţa unui serviciu le face sclave ale eşecului şi plictiselii."[16] Le spunem adesea mamelor tinere care se întorc la lucru înainte ca micuţul sau micuţa să împlinească doi ani că nu se vor mai întâlni niciodată cu anii aceştia şi deci să-şi cântărească foarte bine decizia de a se întoarce mai repede la lucru.

Pentru că am petrecut atâţia ani de zile în Statele Unite, am avut ocazia să citim despre viaţa copiilor din familiile în care ambii părinţi lucrau pentru ca să le asigure copiilor „o viaţă mai bună" sau să poată merge la un colegiu mai bun, sau să crească într-o casă mai mare aşezată într-un cartier mai select. Fără nicio

excepţie, cuvintele lor, parafrazate, sunau învinuitor: „Nu-mi trebuie banii voştri. Aş fi avut nevoie de voi şi nu de bona care m-a crescut şi cu care am făcut primii paşi." Credeţi-ne, după ani de zile în care ai dat totul pentru acest „mai bun", aceste cuvinte din gura copiilor sunt devastatoare. Dar şi mai devastatoare este lipsa relaţiei cu propriul tău copil. Aşa cum ne spun adesea americanii, tinerii părinţi au inventat creşele, iar copiii lor, căminele de bătrâni.

Pasul 3: Alcătuiţi un buget realist

Exerciţiul pe care l-am sugerat mai sus – venituri şi împrumuturi – reprezintă un pas major spre crearea unui buget. În fiecare an le prezentăm un exemplu de buget (vezi schema de mai jos) cuplurilor care vin la sesiunile de pregătire pentru căsătorie. Nu o dată ni s-a spus că nu s-au gândit niciodată la un asemenea lucru. Însă aspectul cel mai pronunţat şi care le sare în ochi de fiecare dată este că partea din stânga, adică veniturile lunare, este mult mai redusă ca spaţiu decât partea din dreapta, cheltuielile lunare. Cum arată bugetul tău acum şi care este planul pentru voi doi imediat după nuntă? Care sunt categoriile din prezent care apar la venituri şi cheltuieli? Ce li se va mai adăuga în următoarele luni? Vă încurajăm să petreceţi timp analizând şi acest capitol.

BUGET LUNAR

Adrian & Ema Ban, ©1994, rev. 2002, 2007

VENIT LUNAR

Salariu	Lei	_____
Dobânzi bancare	Lei	_____
Dividende	Lei	_____
Chirii	Lei	_____
Alte venituri (inclusiv din agricultură)	Lei	_____
Total Venit Brut (TVB)	Lei	_____
Scade: Taxele (T)	Lei	_____
Banii Domnului (Z - minim 10%)	Lei	_____
TOTAL VENIT NET (TVN) TVN=TVB-T-Z	Lei	_____

CHELTUIELI LUNARE

Casă/Apartament: Lei _____

Chirie	Lei	_____
Asigurare	Lei	_____
Taxe	Lei	_____
Energie electrică	Lei	_____
Gaz	Lei	_____
Telefon	Lei	_____
Mobil	Lei	_____
Internet/TV	Lei	_____
Apă	Lei	_____
Căldură	Lei	_____
Gunoi	Lei	_____
Întreţinere (curăţat etc.)	Lei	_____
Altele	Lei	_____

Alimente/mâncare Lei _____

Transport: Lei _____

Auto/Transport public	Lei	_____
Benzină/Motorină	Lei	_____
Întreţinere maşină	Lei	_____
Asigurare	Lei	_____
Înnoire	Lei	_____

Asigurare: Lei _____

De viaţă/Medicală	Lei	_____
Alte tipuri	Lei	_____

RECOMANDĂRI PROCENTUALE CHELTUIELI:

20 – 35%	Casă/Apartament
10 – 20%	Alimente
10 – 15%	Transport
3 – 5%	Asigurare
0 – 10%	Datorii
4 – 8%	Nevoi personale/familiale
3 – 5%	Economii
3 – 7%	Recreație
6 – 10%	Servicii medicale/dentare
4 – 8%	Educație/Școală
3 – 5%	Investiții
3 – 5%	Diverse

Datorii: Lei _____

- Cărți de credit Lei _____
- Rate casă/apartment Lei _____
- Mașină Lei _____
- Alte datorii Lei _____

Nevoi personale/familiale _____ **Lei**

- Îmbrăcăminte Lei _____
- Încălțăminte Lei _____

Economii **Lei** _____

Recreație Lei _____

- Masă în oraș Lei _____
- Vacanță Lei _____
- Altele Lei _____

Servicii medicale/dentare **Lei** _____

- Îngrijire medicală Lei _____
- Medicamente Lei _____

Educație/Școală **Lei** _____

Investiții **Lei** _____

Diverse: **Lei** _____

- Cadouri/Sărbători Lei _____
- Coafor/Cosmetice Lei _____
- Curățătorie/Spălătorie Lei _____
- Taxe bancare Lei _____
- Bani de buzunar Lei _____
- Alte cheltuieli Lei _____

TOTAL CHELTUIELI **LEI** _____

Pasul 4: Fiţi buni administratori

Toamna trecută am participat la o conferinţă organizată la Timişoara de *Crown Financial Ministries*. Ştiam despre această organizaţie încă de pe vremea când locuiam în zona oraşului Chicago şi ascultam adesea emisiunile radio ale lui Larry Burkett, unul dintre fondatorii ei. Pe lângă principiile şi exemplele pe care le-au prezentat celor care erau implicaţi într-o lucrare creştină, au adus în discuţie şi diferite perspective asupra banilor. Ne-am gândit adesea că mulţi dintre cei care fac parte dintr-o biserică ajung să-şi formeze o anumită *teologie a banilor*, dacă o putem numi aşa, care se aseamănă cu una dintre cele trei teologii prezentate mai jos.

Aşadar, iată care sunt cele trei perspective – sperăm să vă fie de folos.

Teologia sărăciei tinde să privească toate posesiunile şi averile ca fiind un lucru rău ce trebuie ocolit cu orice preţ. Munca are doar rolul de a împli nevoile de bază în viaţă. Adepţii acestei teologii consideră că oamenii sfinţi ai lui Dumnezeu sunt întotdeauna săraci, fără posesiuni materiale. Oamenii păcătoşi şi nelegiuiţi sunt cei care ajung să se îmbogăţească. Zeciuiala este o poruncă, iar ori de câte ori trebuie să cheltuiesc bani pe ceva, o fac cu grijă şi fără bucurie.

Teologia prosperităţii consideră posesiunile ca pe un drept de la sine înţeles. Munca are ca scop primordial îmbogăţirea aici pe pământ. Oamenii sfinţi şi pe placul lui Dumnezeu sunt întotdeauna binecuvântaţi aici pe pământ, iar cei păcătoşi sunt cei care se confruntă cu sărăcia. Partea oferită Domnului şi lucrării se face cu gândul la răsplata şi mai mare pe care urmează să o primească (şi, dacă se poate, aici pe pământ). Cheltuielile sunt făcute fără foarte mare grijă, şi scopul lor este consumul (personal sau al celor dragi).

Teologia administrării consideră că averile şi posesiunile sunt o răspundere în faţă Dătătorului, a Proprietarului, care este

Domnul. Munca are rolul de a-L sluji. Oamenii sfinţi sunt credincioşi în toate lucrurile, iar oamenii păcătoşi sunt cei care au nevoie de iertare şi mântuire. Dărnicia este un răspuns la dragostea lui Dumnezeu faţă de ei. Cheltuielile se fac cu răspundere şi în urma timpului petrecut în rugăciune înaintea Domnului.

Pentru noi, ideea de la *Crown Financial* a constituit o provocare, mai ales că tot în aceeaşi perioadă studiam cu un grup de familii, cartea *Doamne, schimbă-mi atitudinea* de James MacDonald şi eram chiar la capitolul *„Înlocuieşte lăcomia. . . cu mulţumirea"*. MacDonald subliniază faptul că evlavia noastră trebuie să fie însoţită de mulţumire şi astfel „rezultatele pozitive ale adoptării acestui adevăr sunt considerabile", deoarece vom privi totul prin prisma matematicii lui Dumnezeu, adică evlavia plus mulţumirea reprezintă un mare câştig. MacDonald însă ne mai aminteşte un lucru la fel de important, şi anume că, privind la veşnicie, vom ajunge mai repede la mulţumire. Gândul la veşnicie ne aduce aminte că suntem trecători, că nu am adus nimic pe lumea aceasta şi nici nu vom duce nimic din ea cu noi în veşnicie.[17]

Viaţa implică alegeri

Călin şi Jeni erau într-o permanentă stare de stres, încercând să-şi plătească rata lunară la casă şi în acelaşi timp să se achite şi de celelalte obligaţii ale lor. Înainte să apară copiii, fuseseră angajaţi amândoi şi nu prea ştiuseră ce înseamnă lipsurile. Jeni şi-a dorit apoi să fie mai mult acasă, cu cei doi copilaşi, dar faptul că lucra acum doar cu jumătate de normă nu-i ajuta să evite lipsurile. După ce şi-au reanalizat scopurile şi priorităţile, au înţeles că – deşi ar fi dorit foarte mult să aibă casa lor – cel mai mult le păsa de copii, care aveau nevoie de atenţia şi asistenţa lor. Aşa că au făcut un lucru curajos: şi-au vândut casa şi s-au mutat într-un apartament, pentru ca Jeni să poată sta acasă cu micuţii. Fiecare avem de luat uneori decizii incomode, dar cel puţin nu ne lăsăm în voia unor factori pe care să *nu-i putem* influenţa!

Ce veţi alege voi?

Toţi avem alegeri de făcut, unii mai multe, alţii mai puţine... Jeni a ales să stea mai mult acasă, pentru a-şi îngriji copilaşii. Nimeni nu vă poate spune ce e mai bine pentru voi. Dar, indiferent de situaţie, e bine să faceţi împreună aceste alegeri. Dacă amândoi lucraţi, va trebui să faceţi front comun. Veţi avea nevoie de o comunicare eficientă şi de multă negociere. Vă veţi afla într-un proces continuu de evaluare a aşteptărilor şi de redefinire a scopurilor, aşa cum am menţionat deja la *Pasul 2*.

Aveţi nevoie de o reevaluare a priorităţilor şi a scopurilor voastre financiare? V-aţi putea mulţumi cu mai puţin, ca să aveţi mai mult timp pentru cei dragi? Auzim adesea: „Amândoi lucrăm din greu şi facem multe sacrificii pentru copiii noştri, ca să le oferim alte şanse în viaţă." Noi însă, vă sfătuim: „Creşteţi-vă împreună copiii, dacă vreţi ca ei să aibă cele mai bune şanse în viaţă!"

Sfatul 6

Relaţia intimă – un dar pentru cei căsătoriţi

Aşa că nu mai sunt doi, ci un singur trup.

MATEI 19:6

Vă aduceţi aminte de primele luni ale relaţiei voastre de prietenie, de acele momente magice când „fluturaşii din stomac" nu vă dădeau pace? Sau de emoţia intensă pe care aţi simţit-o prima oară când v-aţi ţinut de mână? Dar de primul sărut?

Noi, familia Arp, ne aducem aminte. Dacă mai ţineţi minte din primele capitole, David era student în Atlanta, iar Claudia în Athens. Deoarece eram la o distanţă destul de mare unul de celălalt, nu puteam merge la întâlnire în fiecare zi. Astfel complotam de luni până vineri cum şi ce să facem ca să petrecem cât mai mult timp împreună în weekenduri. Abia aşteptam să treacă timpul mai repede ca să ne spunem „da" unul altuia şi să celebrăm împreună dragostea noastră unul pentru celălalt.

După ce ne-am căsătorit însă, lucrurile s-au schimbat. De-acum nu mai eram nevoiţi să găsim moduri în care să ne întâlnim în weekend, aşadar am intrat într-o nouă fază a iubirii romantice. Ca multe alte cupluri, am păşit în căsătorie având familii diferite, obiceiuri şi opinii diferite precum şi atitudini şi deprinderi diferite. Dorinţa adâncă de a ne bucura de intimitatea celuilalt a fost înlocuită de un set de nevoi şi aşteptări care ne-au luat prin surprindere. Prin urmare, nu a fost atât de

uşor cât am crezut să menţinem vie flacăra romantismului şi intimităţii.

Faceţi cunoştinţă cu Anca şi Radu, doi tineri care doresc să se căsătorească dar care sunt de-a dreptul îngrijoraţi de ce se întâmplă cu romantismul după ziua nunţii. Faptul că au câţiva prieteni căsătoriţi deja nu îi ajută deloc. Îi văd pe aceştia cum s-au transformat „peste noapte" în bărbaţi şi femei cu preocupări casnice, adesea el la televizor, ea în bucătărie. Cu astfel de exemple în faţă, le este teamă să intre în căsătorie.

Dacă şi voi aveţi astfel de temeri, dorim să vă invităm să citiţi cu atenţie paginile acestui capitol şi să înţelegeţi care sunt temerile şi presupoziţiile noastre şi care a fost planul lui Dumnezeu pentru intimitate în cadrul căsătoriei.

Ce nu se vede...

Care a fost impresia ta când ai auzit prima oară despre sex?

Chiar dacă părinţii tăi au folosit sau nu acest cuvânt de faţă cu tine, faptul că te-ai născut este dovada că ei au fost, cât de cât, interesaţi de problematica sexuală, nu? Ce-ai învăţat în casă despre sex? Care dintre afirmaţiile de mai jos se potrivesc cel mai bine cu modul în care ai fost crescut?

- Părinţii mei nu au vorbit deloc, sau au vorbit foarte rar, despre sex.
- Părinţii mei au vorbit deschis despre sex, într-un mod firesc şi pozitiv.
- Părinţii mei au arătat rareori afecţiune fizică unul pentru altul sau pentru mine.
- În familia mea obişnuim să ne îmbrăţişăm des. Părinţii mei erau foarte afectuoşi unul cu celălalt, dar şi cu mine!
- Nu m-am simţit în largul meu să-mi întreb părinţii despre sex. Tot ce ştiu provine din alte surse.
- Am primit semnale şi mesaje amestecate despre sex... N-am fost niciodată sigur(ă) dacă este un lucru bun sau rău!
- Atitudinea părinţilor mei m-a făcut să cred că într-o zi voi avea şi eu parte de o relaţie sexuală sănătoasă, în cadrul căsătoriei.

Dacă părinţii voştri nu au ocolit subiectul şi au fost oneşti, pozitivi şi deschişi în discuţiile pe această temă, consideraţi-vă norocoşi! Dacă însă, cum se-ntâmplă în majoritatea cazurilor, părinţii voştri s-au ferit să atingă acest subiect, lăsându-vă nelămuriţi şi cu o sumedenie de întrebări fără răspuns, se prea poate să fi păşit în căsnicie cu o imagine distorsionată despre sexualitate. De exemplu, aţi auzit aproape sigur comentarii de genul: „Fustangiul ăla..." sau „Deşucheata aia..." ori „Se grăbeşte ca fata mare la măritat". Chiar dacă n-aţi înţeles foarte bine ce înseamnă ele, v-aţi dat totuşi seama că nu prea sună a laudă!

Apoi aţi ajuns la vârsta la care hormonii încep s-o ia razna!... Aţi întâlnit un anume băiat sau o anume fată... şi au ţâşnit la suprafaţă pornirile sexuale! Nu doar că aţi încercat din răsputeri să vă impuneţi autocontrolul, dar v-aţi simţit chiar vinovaţi că vi se-ntâmplă aşa ceva! Este posibil ca toţi cei care au crescut în familii mai conservatoare să fi rămas cu impresia că sexul este rău sau greşit! Vă spunem însă, cu mâna pe inimă şi din proprie experienţă, că sexul este un dar minunat din partea Creatorului nostru, atât pentru bucuria şi împlinirea noastră, cât şi din raţiuni demografice... Dar, de asemenea, convingerea noastră este că sexul trebuie experimentat numai în cadrul căsniciei, după căsătorie!

Relaţiile intime, darul minunat al lui Dumnezeu pentru cei căsătoriţi

Daţi-ne voie acum să vă împărtăşim câteva gânduri pe care noi, familia Ban, le subliniem de fiecare dată atunci când vorbim cuplurilor prezente la sesiune de consiliere pre-maritală despre intimitatea în căsnicie creştină.

În primul rând, procrearea şi plăcerea sunt bune şi plăcute în ochii lui Dumnezeu. În Geneza 1, Dumnezeu vede că tot ce a fost creat de El a fost *foarte* bun. Cu binecuvântarea Lui, pornim pe un drum care ne transformă în soţi consumaţi de pasiune pentru soţiile noastre, iar acest lucru nu se limitează doar la primii ani de căsnicie. Scriptura nu încurajează doar partea fizică

a dragostei, ci şi senzualitatea, plăcerea pe care o simţim în urma îmbrăţişărilor, atingerii, sărutului, acea latură emoţională a dragostei care nu este întotdeauna legată de actul sexual. Cântarea Cântărilor ne prezintă unul dintre tablourile cele mai ample ale iubirii romantice şi ale intimităţii. Veniţi să ne uităm împreună la câteva citate:

- *„Ce frumoasă eşti, iubito, uite ce frumoasă eşti, cu ochii tăi de porumbiţă!"* (1:15)
- *„Buzele tale sunt ca un fir de cârmâz, şi gura ta este drăguţă; obrazul tău este ca o jumătate de rodie, sub mahrama ta."* (4:3)
- *„Miere picură din buzele tale, mireaso, miere şi lapte se află sub limba ta."* (4:11)
- *„Mâinile lui sunt nişte inele de aur, ferecate cu pietre de hrisolit; trupul lui este un chip de fildeş lustruit, acoperit cu pietre de safir."* (5:14)
- *„Cerul gurii lui este numai dulceaţă şi toată fiinţa lui este plină de farmec."* (5:16)

În al doilea rând, relaţiile intime sunt curate, sfinte şi bune atâta vreme cât sunt în limitele lăsate de Dumnezeu. „Căsătoria să fie ţinută în toată cinstea" spune autorul cărţii Evrei în capitolul 13, versetul 4. Tot acelaşi autor ne atrage atenţia asupra faptului că Dumnezeu îi va judeca pe cei care neglijează sau chiar încalcă aceste limite.

În acest sens, este foarte interesant cât de des am ajuns astăzi să auzim discuţii pe tema compatibilităţii dintre cei doi, compatibilitate care pentru mulţi tineri înseamnă că ar fi bine să-şi cunoască intim partenerul sau partenera înainte de a încheia un legământ în faţa Domnului, astfel încât să nu intre într-o „viaţă de chin" dacă cei doi sunt foarte diferiţi din punctul de vedere al pasiunii.

Cel mai bine am înţeles această realitate în momentul în care am participat la o Sesiune de Comunicări Ştiinţifice din cadrul unei universităţi de stat, unde am prezentat materialul nostru pentru sesiunile de consiliere premaritală. La finalul prezentării, am lăsat timp pentru întrebări. O tânără din audienţă m-a întrebat dacă i-am consilia şi pe cei care trăiesc

împreună, dar nu plănuiesc să se căsătorească. I-am răspuns că sunt încredinţată că planul lui Dumnezeu pentru oameni este cel mai bun şi, mai mult, am convingerea că adesea motivele pentru care nu se căsătoresc au de-a face cu lucruri nerezolvate, cu sentimente cărora nu li s-a dat atenţia cuvenită, şi că amânarea căsătoriei nu va aduce niciodată rezultatul mult dorit, adică eliberarea de acele sentimente negative. De asemenea, le-am spus că nu cred că merită să te pregăteşti doar pentru o... probă. Dacă această convieţuire este de probă, atunci consilierea nu ajută, deoarece nu există o linie clară de demarcaţie, ci doar proba.

Imaginaţi-vă în acest sens o cursă de atletism. Oare atleţii care îşi doresc să urce pe podium se antrenează doar pentru cursa de probă, pentru un test, sau pentru cursa propriu-zisă? Aşa cum în atletism proba nu îşi are sensul şi finalitatea, ea nu îşi are locul nici în planul lui Dumnezeu pentru viaţa de căsnicie.

Minciuna compatibilităţii

Ca alte minciuni pe care diavolul ni le oferă într-un înveliş atrăgător, compatibilitatea este şi ea o formă de înşelăciune. Dacă suntem compatibili acum din punct de vedere sexual şi pasiunea este mistuitoare, înseamnă că nu vom dori niciodată să ne schimbăm. Ne place cum suntem acum şi dorim ca lumea să stea în loc – şi cât de des vedem acest lucru în filmele romantice!

Dar este oare acest lucru posibil? Dimpotrivă. Lumea merge înainte. Viaţa îşi are cursul ei, corpul nostru suferă transformări în fiecare an. Dar acesta este doar unul dintre aspectele la care trebuie să ne gândim. Pe plan profesional, fiecare dintre noi este încurajat să fie mai bun, să urce cu o treaptă mai sus. Acest lucru are repercusiuni în toate domeniile vieţii noastre, şi vom dori ca intimitatea să nu facă excepţie. Atunci cum împăcăm compatibilitatea de acum cu transformările inevitabile precum şi cu aşteptările noastre ca ziua de mâine să fie mai bună? Selwyn Hughes, un binecunoscut consilier marital din Marea Britanie, scrie în cartea sa *Marriage as God Intended*: „Incompatibilitatea

este motivul pentru care ne căsătorim. Dumnezeu doreşte ca noi să avem oportunitatea să lucrăm o viaţă întreagă la caracterul nostru, să învăţăm principiile dragostei adevărate, să învingem neînţelegerile, să practicăm iertarea şi să cultivăm slujirea celuilalt... şi unde putem face asta mai bine decât în cadrul unei căsnicii?"[18]

Răzbunarea femeilor căsătorite

Pe vremea când eram la şcoală în Statele Unite, într-unul dintre ziarele cele mai citite în toată America a apărut un articol cu titlul „Răzbunarea femeilor *creştine* căsătorite". În urma unui sondaj de opinie, s-a descoperit faptul că femeile creştine au un grad de satisfacţie sexuală mai ridicat decât oricare alt grup de femei.[19] Care era motivul? Pasiunea de tip hollywoodian, adică: „Nu pot trăi fără tine! Viaţa nu are sens fără tine! Vino şi culcă-te cu mine ca să-mi stingi focul pasiunii şi să-mi iei durerea interioară"? Nu, nicidecum. Motivul pentru care relaţiile intime în căsniciile creştine au un grad mai ridicat de satisfacţie este că relaţia sexuală este privită diferit decât în lumea din exterior. Putem sluji dăruindu-ne celuilalt. Cu cât vom sluji şi ne vom oferi mai mult celuilalt, cu atât ne vom apropia mai mult de Dumnezeu, împlinidu-I porunca, fiind o mărturie vie a faptului că principiile Lui sunt bune şi desăvârşite. Mai mult, în 1 Corinteni 7, găsim că scopul principal al actului sexual este dăruirea, astfel că atenţia noastră trebuie să fie îndreptată în direcţia în care doreşte El. Sexul nu este un îndemn, nici încurajare, ci o poruncă.

O viaţă de dragoste împlinită

Într-un sondaj de opinie realizat la nivel naţional, noi, familia Arp, am întrebat cupluri căsătorite care sunt aspectele cele mai importante ale vieţii intime. Deşi răspunsurile au fost variate, totuşi am găsit câteva elemente comune: încrederea, sinceritatea, intimitatea, afecţiunea şi sexualitatea. Haideţi acum să le luăm pe rând şi să le analizăm pe fiecare în parte.

Încrederea – ne simţim în siguranţă unul cu celălalt

Încrederea este elementul de bază al oricărei relaţii de prietenie şi este esenţială într-o relaţie sau legătură romantică. Încrederea, creşte pe măsură ce te simţi tot mai în siguranţă cu celălalt. Ea creşte de asemenea atunci când ştii că poţi să fii deschis cu partenerul tău iar acesta nu te va răni sau trăda.

Realist vorbind, în relaţia de căsătorie vom trece prin perioade mai dificile, iar încrederea noastră va avea de suferit. Deoarece toate celelalte aspecte ale vieţii în doi depind de încredere, ea trebuie restaurată înainte să mergem mai departe. Când încrederea e prezentă, ne simţim bine şi chiar uităm să fim recunoscători pentru ea. Lipsa ei, însă, ne lasă devastaţi, deoarece încrederea este fundamentul pentru intimitate. Vă încurajăm să căutaţi acele lucruri care vă vor ajuta să sporiţi încrederea, cum ar fi:

- ajutaţi-vă partenerul cât puteţi mai mult atunci când are un program foarte încărcat;
- sunaţi şi anunţaţi că veţi întârzia la cină;
- oferiţi-i complimente/complimentaţi-l;
- cereţi-vă iertare când aţi greşit;
- iertaţi-l când v-o cere, dar fără să-i spuneţi: „Vezi, ţi-am spus eu!";
- menţineţi un simţ al umorului sănătos atunci când a avut o zi mai grea.

Sinceritatea – putem comunica ceea ce simţim

Aşa cum razele soarelui dau viaţă pomilor şi plantelor, tot aşa sinceritatea este de o importanţă vitală pentru o viaţă intimă sănătoasă. Vă aduceţi aminte că în capitolul despre comunicare am subliniat nevoia de a spune adevărul în dragoste? Dacă nu vom putea să ne relaţionăm la dorinţele şi nevoile partenerului nostru fără manipulare, viaţa noastră intimă va avea de suferit. Este extraordinar de important să discutăm deschis despre intimitate şi dedicare, şi rezultatele vor fi vizibile. Aşa cum spune Solomon: „Un răspuns bun [sau onest] este ca un sărut pe buze" (Prov. 24:26). Aduceţi-vă aminte de câteva principii enunţate la partea de comunicare:

- Începe întotdeauna propoziţia la persoana întâi.
- Evită afirmaţiile de genul „Tu întotdeauna..." precum şi prea multe întrebări care încep cu „de ce".
- Fereşte-te de „niciodată" şi „întotdeauna".
- Oferă cinci lucruri pozitive pentru fiecare lucru negativ.
- Fii generos cu mulţumirile şi laudele.
- Dezvoltă-ţi un limbaj propriu al iubirii.

Intimitatea – suntem suflete pereche

După încredere şi sinceritate, intimitatea este următoarea calitate intangibilă a unităţii celor doi, un fel de sinergie care ne duce la un alt nivel de apropiere. În cartea lor, *Saving Your Marriage Before it Starts*, soţii Parrott scriu: „Intimitatea ne contopeşte sufletele... împlinirea dragostei atârnă de apropierea, comunicarea, sinceritatea şi sprijinul pe care ni-l oferim unul altuia. Căsătoria, unirea a două inimi, este cea mai adâncă şi mai extraordinară expresie a intimităţii."[20]

La fel ca primele două elemente, intimitatea se revarsă asupra calităţii vieţii în doi. Când intimitatea este neglijată, comunicarea este superficială, contactul fizic rar sau chiar absent, satisfacţia maritală şi bucuria anihilate.

Pe de altă parte, cuplurile care se bucură de un grad de intimitate ridicat se simt adesea vizibil mai bine unul în prezenţa celuilalt, râd mai des şi mai tare, îşi arată deschis afecţiunea şi sunt mai lesne înţeleşi, acceptaţi şi iubiţi. Nu e uşor, dar implicarea activă într-o relaţie care să ducă la o astfel de intimitate este o investiţie la îndemâna fiecărui cuplu. Cum o puteţi face? Vă oferim şi aici câteva sugestii:

- scrieţi-vă scrisori de dragoste;
- ascultaţi cu inima;
- fiţi gata să petreceţi mai mult timp împreună;
- rugaţi-vă împreună.

Actul sexual – expresia dragostei noastre

O expresie majoră a relaţiei de iubire în căsătorie este sexul. Aşa cum am spus deja, Dumnezeu a creat sexualitatea iar planul Lui este ca voi să vă bucuraţi de el în cadrul căsătoriei. Dar

această bucurie implică timp şi planificare. Donald Harvey, citat în cartea *Căsătorie sfântă*, scrie: „Relaţiile intime, spre deosebire de experienţele intime, sunt rezultatul planificării. Ele se construiesc. Sentimentul uniunii produs de apropierea spirituală reală nu apare de la sine. Dacă este prezent, acest lucru se întâmplă datorită unui ţel clar stabilit, pe care îl duci apoi la îndeplinire. Alegi să investeşti şi apoi treci la treabă. Lucrul acesta nu e lăsat la voia întâmplării." Cum alegi să investeşti?

- păstrează-ţi gândurile şi mintea curată (un lucru deloc uşor în această perioadă din istoria lumii în care, prin simpla apăsare a unei taste a calculatorului îţi apar în faţă imagini extrem de descriptive!);
- învaţă să-i faci masaj partenerului;
- învată ce-i face plăcere;
- surprinde-l.

Înainte de căsătorie

Gândindu-ne la desele noastre întâlniri din vremea prieteniei, trebuie să vă spunem că relaţia dintre noi doi n-a fost nicidecum platonică... Ne-am păstrat curaţi până în ziua nunţii, dar nu a fost uşor! Odată am citit împreună o carte despre lupta cu impulsurile sexuale, în care am întâlnit sugestia autorului ca, ori de câte ori eşti ispitit (mai ales în maşină) să faci ce ştii că nu e voie, să te opreşti, să cobori şi să faci vreo cinci ture în jurul maşinii! O idee la fel de utilă precum cea cu duşurile reci!

Cum-necum, ajungi în fine şi în ziua cea mare a nunţii... Dintr-odată, te-auzi spunând „Da"!... şi ceea ce era un mare păcat se transformă instantaneu într-un dar bun! De-acum, nu mai e nicio problemă să treci la practică! Aceasta implică însă şi o schimbare majoră de atitudine. După ce accepţi că sexul este ceva bun şi firesc, îţi dai seama că n-ai primit, ca anexă la certificatul de căsătorie, nici instrucţiunile necesare, nici garanţia pentru împlinirea sexuală... şi că nu ajunge „să fii cât mai natural şi să laşi lucrurile să curgă de la sine"! Începi să-ţi dai seama că şi sexul este un domeniu în care trebuie să ai fantezie, să depui efort şi să prezinţi interes pentru ca lucrurile să meargă bine!

Pe vremea când noi ne-am căsătorit, consilierea premaritală era o raritate. Astăzi, lucrurile s-au schimbat radical, dar consilierea nu poate decât să ajute – pentru că a construi o viaţă sexuală activă şi creativă este precum înotul: nu vei învăţa niciodată să înoţi cu adevărat până nu intri în apă!

Una dintre problemele care pot apărea în cadrul căsniciei este legată de comunicare. Din dorinţa de a şti cât mai multe înainte, vorbim cu prietenii noştri sau poate chiar unul cu celălalt despre sex, însă după nuntă ni se pare straniu să o mai facem. Iar când experienţele sexuale nu sunt din primul moment aşa cum ne-am închipuit, tragem concluzia că şi în acest domeniu s-a cam exagerat: lucrurile sunt drăguţe, dar nu chiar atât de „trăsnet" cum ne plăcea să credem! Apoi, încercăm o compensare în celelalte domenii ale vieţii în doi, iar sexul intră pe nesimţite într-un con de umbră... Unii nu se simt liberi să mărturisească acest lucru nici măcar soţului sau soţiei, ci preferă să spună că sunt prea obosiţi, sau ocupaţi, sau stresaţi că vecinii i-ar putea auzi... Şi încet, încet, sexul este îngropat sub inhibiţii, plictiseală şi lipsă de cunoaştere, aşa cum era şi teama Ancăi şi a lui Radu! Ce se întâmplă oare cu sentimentele pe care le stăpâneşti atât de greu înainte de căsătorie?!

Ce am învăţat noi

Vă mai aduceţi aminte de zilele de la începutul căsniciei noastre? Ca studenţi, am luat decizia să ne cultivăm relaţia sexuală şi să dăm tot ce aveam mai bun pentru reuşita acestei relaţii. Alegerile pe care le-am făcut noi atunci vă sunt relatate mai departe, cu intenţia de a vă oferi un punct de plecare în căsătorie şi de a vă ajuta în lunile de la început:

Ne-am înţeles să vorbim deschis despre relaţia noastră sexuală.

De multe ori, era ca şi cum ar fi trebuit să învăţăm o limbă străină. A fost mai ciudat la început şi a trebuit să ne formăm un vocabular propriu... Ani de zile, ne reprimasem gândurile legate de sex; acum, trebuia să le transpunem în expresii cu sens! Cum am fi aflat ce prefera celălalt, dacă nu ne împărtăşeam ideile? Am

discutat, de asemenea, şi despre temerile şi inhibiţiile noastre... Eu eram mult mai inhibată decât soţul meu, aşa că cea mai mare parte a „vorbăriei" mele era susţinută de disponibilitatea lui David de a mă asculta!

Am devenit „învăţăcei". De ce ne imaginăm oare că intrăm în căsnicie cu deprinderi înnăscute şi cu toate reflexele formate corespunzător, inclusiv ştiind totul despre sex? Ei bine, repetăm: Ca în orice domeniu, şi în materie de sexualitate învăţăm practicând! Nu pretindem că ştim totul când e vorba despre creşterea copiilor, despre meseria noastră sau despre orice alt lucru cât de banal, precum lipirea tapetului, de exemplu... În orice domeniu, dacă vrei să fii competent, trebuie să depui efort. Ei bine, nici sexul nu face excepţie! Chiar şi atunci când sunteţi foarte ocupaţi şi zilele par prea scurte (sau, poate, cu atât mai mult atunci!) va trebui să cheltuiţi energie şi timp ca să investiţi în relaţia intimă dintre voi. Nu treceţi cu vederea cărţile care vă pot da sfaturi corespunzătoare pentru progresul în acest domeniu. Câteva titluri ar fi *Viaţa intimă în căsnicia creştină* a lui Ed Wheat, *Marte şi Venus în dormitor* de John Gray, *Tot ce-ai vrut să ştii despre sex, dar ţi-a fost teamă să întrebi* de David Reuben sau *Ghidul familiei creştine* de Daniel Brânzei.[21]

În urmă cu 38 de ani, nu prea existau astfel de cărţi, însă am găsit câteva care ne-au ajutat. Nu vă ascundem că ne plăceau mult cele care aveau ilustraţii. Aşa am descoperit şi-am fost suficient de curajoşi ca să încercăm noi poziţii... Desigur, nu toate ni s-au potrivit, dar, în timp, le-am deprins pe cele care erau pe placul nostru. Principiul care ne-a condus a fost acela de a avea amândoi o experienţă plăcută.

Am convenit să devenim exploratori. Discuţiile şi cărţile pe tema sexualităţii nu au fost suficiente. Aveam nevoie să ne explorăm trupurile şi să descoperim ce ne plăcea cel mai mult fiecăruia, dar şi ce nu ne plăcea... Pare plăcut şi simplu, nu-i aşa? Pare, dar nu e chiar atât de simplu!

Înainte de căsătorie, te simţi vinovat de emoţiile care dau năvală peste tine... Este foarte uşor ca teama să reapară şi să se

alături fricii că nu vei fi destul de performant pentru pretenţiile partenerului tău!

Un lucru care pe noi ne-a ajutat foarte mult a fost să ne planificăm momente de „investigaţii epidermice", când încercam să aflăm reciproc ce simte celălalt la anumite atingeri... Scopul nu era numaidecât actul sexual. Aceasta ne ajuta să ne relaxăm, simţindu-ne confortabil unul în prezenţa celuilalt, eliberându-ne de „imperativul performanţei"!

Am învăţat să ne pese mai mult de celălalt. Este foarte uşor să te axezi, chiar dacă involuntar, doar pe tine şi pe propria plăcere pe care o experimentezi în timpul actului sexual. Aşa cum am menţionat mai sus, prin aceasta, însă, pierdem din vedere dorinţele partenerului nostru şi uităm că cea mai bună cale de a fi realmente satisfăcut este aceea de a-l satisface pe celălalt! Când ne-am concentrat asupra satisfacerii celuilalt, am reuşit să fim mai puţin conştienţi de noi înşine şi să trecem peste multe dintre inhibiţiile şi problemele personale. Am învăţat ce îl stimula sexual pe celălalt. Am înţeles că David era stimulat vizual, pe când eu răspundeam mai bine la tandreţe şi la cuvinte.

Copiii, planul lui Dumnezeu pentru viitor

Dacă stăm în faţa lui Dumnezeu la altar, El este cel care validează legământul nostru. În planul Lui măreţ pentru noi, doi oameni, două fiinţe diferite, se contopesc şi devin una. În Vechiul Testament, Maleahi vorbeşte despre această unire în trup şi suflet (Mal. 2:13-15, traducerea NIV).

Stuart Briscoe, în cartea sa *Vital Truths to Shape Your Life,* scoate în evidenţă faptul că atunci când doi oameni sunt una în cele sufleteşti, lucrul acesta este diferit de relaţiile intime, „în trup". Unirea sufletească implică grija pe care trebuie să i-o arăţi celuilalt, care este mai presus de satisfacerea sexuală, ea e o „relaţionare la o altă persoană care are valoare intrinsecă şi ale cărei principii şi crezuri, afinităţi şi neplăceri, temeri şi aspiraţii devin parte din viaţa ta."[22] Prin aceasta, dragostea creşte şi se pregăteşte pentru încă un scop lăsat de Dumnezeu: copiii.

Unirea trupească şi sufletească, sub legământul divin, aduce o moştenire: copiii, cei pe care avem responsabilitatea de a-i creşte în temere de Domnul.

Relaţii greşite

În lumina versetelor de mai sus, înţelegem aşadar că este un păcat să ne unim în trup cu cineva cu care nu suntem uniţi în duh, înaintea lui Dumnezeu. În 2 Corinteni 6, Apostolul Pavel ne scrie că am fost chemaţi la o viaţă de sfinţenie, la o viaţă de integritate. Îndemnul lui este aşadar să nu ne „înjugăm la un jug nepotrivit" (6:14). Jonathan Lamb este de părere că Pavel foloseşte aici o imagine din Deuteronom, unde Legea interzicea ca jugul să fie pus pe două animale diferite ca statură şi putere, cum ar fi boul şi măgarul. Dumnezeu cerea consecvenţă din partea poporului Său. Nu aveau voie să „amestece două culturi diferite pe câmp, două feluri de ţesături în aceeaşi haină, şi, în mod special, nu aveau voie să se asocieze cu popoarele păgâne vecine. Aceasta era o reflectare a grijii pe care le-o purta Dumnezeu, a dorinţei Lui ca, spre binele lor, cei din poporul Israel să fie puşi deoparte şi să trăiască după standardele Lui."[23] Dacă vei dori să combini valorile lumii cu cele creştine vei avea acelaşi succes ca amestecul format din apă şi ulei: sunt pur şi simplu incompatibile, „incombinabile".

Răzbunarea femeilor măritate, reevaluată

Te poţi concentra asupra slujirii celuilalt numai atunci când înţelegi planul lui Dumnezeu, când ai convingerea că El îţi oferă mult mai mult decât o relaţie sexuală de divertisment, aşa cum o au multe femei creştine măritate.

Dorim să încheiem acest capitol cu un citat din cartea lui Larry Crabb, *Făuritorii căsniciei*, deoarece este o însumare de succes a gândurilor şi sfaturilor prezentate în acest capitol.

> În lumea lui Dumnezeu, semnificaţia personală depinde în ultimă instanţă de participarea la planul lui

Dumnezeu. A zidi ceva care nu are un impact veşnic, ci va dispărea ca şi castelele de nisip, este o acţiune lipsită de semnificaţie. Dar a participa la ridicarea unei structuri care nu va pieri niciodată *este* o acţiune plină de semnificaţie. Relaţia conjugală este unul dintre lucrurile create de Dumnezeu pentru a-i zidi pe oameni. Ea le dă soţilor şi soţiilor şansa de a sluji unei fiinţe omeneşti nemuritoare într-un mod deosebit de intim. Atunci, pentru a ne bucura de semnificaţia vieţii de căsnicie, trebuie să ne dedicăm, o dată pentru totdeauna, slujirii reciproce care constă din a lucra la împlinirea personală a partenerilor noştri. Cu cât ne vom folosi mai mult de ocaziile de a le sluji, cu atât mai multă semnificaţie va avea căsnicia noastră.[24]

Sfatul 7

Însuşiţi-vă rolurile şi responsabilităţile

Astăzi mai mult ca oricând, rolurile soţului şi ale soţiei sunt asaltate. O mare parte a săgeţilor celui rău sunt îndreptate înspre familie, atacând planul bun şi desăvârşit al lui Dumnezeu pentru cei care-L iubesc şi îşi doresc o căsnicie împlinită.

În paginile care urmează, vom sublinia adevărurile biblice şi le vom presăra cu exemple personale menite să vă ajute să analizaţi care este modul cel mai bun de a vă însuşi rolul special creat pentru voi de Dumnezeu.

Soţul iubeşte, se îngrijeşte, şi dăruieşte

Îmi amintesc foarte bine de prima şedinţă pe tema rolurilor pe care am condus-o în cadrul seminarului nostru de consiliere premaritală. Eram doar noi, bărbaţii! Am început să expun notiţele pregătite dinainte, în principal să abordez rolul unui soţ în căsnicie. Am realizat foarte repede că mă lovesc de un perete. Privirile şi feţele celor din faţa mea erau expresive – adică mă ascultau politicos, dar nu interacţionau deloc cu mine. Mi-am dat seama atunci că o barieră în abordarea acestui subiect îl reprezintă chiar... subiectul în sine. Pentru unii, el părea

rezolvat. Fiecare ştie ce are de făcut şi cu asta gata. Se părea că mulţi au prins „din mers" cum stau lucrurile în familie, şi care este rolul soţului (fiecare cu familia lui şi cu experienţele lui). Singura întrebare era cum se va acomoda cu acel model şi viitoarea lui soţie.

Pentru cei cu mintea „formatată" pe o structură postmodernă, subiectul era mult prea larg şi chiar vag pentru a putea fi aplicat în acelaşi mod la doi oameni diferiţi. „Ştii, mi-a spus cândva cineva, în mare măsură, rolurile se negociază între cei doi. În timp, ele se pot chiar schimba între cei doi. Astăzi nu mai este nicio problemă pentru femeie ca ea să fie cea care aduce pâinea în casă, iar el, bărbatul, să stea acasă cu copiii. Singura constantă este încă naşterea copiilor. Dar în rest, toate celelalte se pot negocia."

M-am întrebat ce anume ne modelează gândirea privitoare la acest subiect şi astfel am observat că în mare parte suntem influenţaţi de familie şi prietenii din jurul nostru, sau de anturajul nostru. Urmărim din copilărie cum îşi joacă cei din jurul nostru rolul de soţi, iar acest lucru are impact asupra noastră.

Eram căsătorit cu Ema de cel puţin un an de zile, când am realizat ceva extraordinar. Descopeream la mine unele lucruri pe care le observasem iniţial doar la părinţii mei. „Nu-mi spui nimic? Nu vorbeşti cu mine?" – aceste cuvinte rostite de Ema într-o bună zi, mi-au adus aminte de modul în care îl mai apostrofa mama pe tatăl meu, zicând: „Măi, omule, nu zici nimic?" Era probabil răbufnirea soţiei după o zi lungă de gătit, făcut curăţenie şi îngrijit copiii, împotriva soţului mult aşteptat dar care, ajuns acasă, nu mai avea niciun cuvânt pentru soţia lui. Nu crezusem niciodată că un asemenea comportament va avea vreodată vreun impact direct asupra vieţii mele. Şi iată că-l experimentam. M-am întrebat ce altceva mai este acolo, în adâncul meu, de care poate nici nu sunt conştient?

Ce fel de soţ vreau să fiu?

Aceasta a fost una dintre întrebările pe care mi le-am pus imediat ce mi-am conştientizat preferinţa pentru tăcere, aceeaşi

preferinţă ca cea a tatălui meu. Bineînţeles că eram conştient de faptul că nu voi putea schimba totul peste noapte. Şi totuşi, oare care sunt lucrurile pe care doream să le văd practicate în viaţa mea şi care erau acelea pe care ar fi fost bine să le schimb?

Un pas concret pe care l-am făcut a fost să-i identific pe bărbaţii în preajma cărora am crescut. Pe lângă tatăl meu, care a fost foarte mult plecat la slujbă, am avut un frate mai mare, apoi pe alţi bărbaţi apropiaţi ai familiei. Am încercat să stabilesc profilul soţului în cazul fiecăruia dintre ei. Astfel am ajuns într-un punct delicat: Ce fel de criteriu folosesc pentru a califica un soţ? Ce determină calificativul „bun" sau „rău"? Faptul că munceşte şi aduce bani acasă? Că nu-şi abuzează soţia? Că participă la treburile casnice? Că este blajin? Asta să fie totul?

Ei bine, atunci ce te faci cu cei care muncesc pe rupte, dar îşi înşală soţia cu altă femeie? Sau cei a căror religiozitate este dusă înspre perfecţiune în zilele de duminica, dar în restul săptămânii sunt tirani în casele lor? Există oare vreo delimitare între un soţ bun şi un soţ rău? Erau multe întrebări la care doream răspuns şi probabil că şi tu, cititorule, ai dori să cunoşti răspunsul cel mai bun.

Personal, m-am întors din nou spre Scriptură, şi te invit şi pe tine să o faci.

Care este învăţătura Scripturii?

Două texte m-au făcut în mod special să meditez şi mai mult la rolul soţului în familie. Primul este reprezentat de ceea ce scrie Apostolul Pavel în Epistola către efeseni:

> Bărbaţilor, iubiţi-vă nevestele cum a iubit şi Cristos Biserica şi S-a dat pe Sine pentru ea, ca s-o sfinţească, după ce a curăţit-o prin botezul cu apă prin Cuvânt, ca să înfăţişeze înaintea Lui această Biserică, slăvită, fără pată fără zbârcitură sau altceva de felul acesta, ci sfântă şi fără prihană. Tot aşa trebuie să-şi iubească şi bărbaţii nevestele, ca pe trupurile lor. Cine îşi iubeşte nevasta, se iubeşte pe sine însuşi. Căci nimeni nu şi-a urât vreodată

> trupul lui, ci îl hrăneşte, îl îngrijeşte cu drag, ca şi Cristos Biserica; pentru că noi suntem mădulare ale trupului Lui, carne din carnea Lui şi os din oasele Lui. De aceea, va lăsa omul pe tatăl său şi pe mamă-sa, şi se va lipi de nevastă-sa, şi cei doi vor fi un singur trup. Taina aceasta este mare (vorbesc despre Cristos şi despre Biserică). Încolo, fiecare din voi să-şi iubească nevasta ca pe sine; şi nevasta să se teamă de bărbat. (Ef. 5:25-33)

Standardul impus aici pentru un soţ este Cristos Însuşi. Este vorba de Cristos, care – Dumnezeu fiind – a lăsat gloria şi slava, a venit pe pământ în chip de om, a trăit şi a fost supus slăbiciunilor omeneşti dar fără păcat, a pătimit şi murit pe cruce pentru ceva ce El nu a comis, doar pentru că a . . . iubit aşa de mult (Ioan 3:16). Ne-a iubit pe noi, oamenii, care eram duşmanii Lui. Mai mult, Îşi continuă lucrarea de pregătire şi înfrumuseţare a miresei Sale şi azi. A iubi ca Isus Cristos este standardul cerut unui soţ. Pot eu sau poţi tu să iubeşti astfel?

Textul citat mai sus este precedat de următoarele versete:

> Supuneţi-vă unii altora în frica lui Cristos. Nevestelor, fiţi supuse bărbaţilor voştri ca Domnului; căci bărbatul este capul nevestei, după cum şi Cristos este capul Bisericii, El, Mântuitorul trupului. Şi după cum Biserica este supusă lui Cristos, tot aşa şi nevestele să fie supuse bărbaţilor lor în toate lucrurile. (v. 21-24)

Pe de o parte se cere o supunere reciprocă, iar pe de altă parte, bărbatul este numit capul nevestei. Pentru mulţi, lucrul acesta pare confuz şi nu puţini dintre cei care sunt creştini refuză să accepte ambele afirmaţii ca fiind valide. Cum adică să existe supunere reciprocă şi în acelaşi timp să existe o ierahie în familie?

Două modele

Unii consideră afirmaţia „bărbatul este capul nevestei" ca necesară şi suficientă. Nimic mai mult, nimic mai puţin. Eu sunt

şeful, iar ea, soţia, trebuie să asculte de mine, să fie supusă şi să se teamă de mine. Aceste cuvinte „gâdilă" mândria multor bărbaţi. Dar am ajuns la concluzia că este una dintre cele mai greşite moduri de interpretare a Scripturii când vine vorba de rolul soţului.

Pentru alţii, adepţi ai egalitarismului, soţul şi soţia sunt egali, deoarece au fost creaţi egali, iar după moarte nu vom mai fi bărbaţi şi femei, ci vom fi ca îngerii (Mt. 22:30). Corect! Nimeni nu contrazice aceste lucruri. Şi totuşi, în acest pasaj, Apostolul Pavel vorbeşte de supunere reciprocă şi în acelaşi timp de o distincţie clară între rolul soţului şi cel al soţiei. Mai mult, rolul soţului este unic şi rolul soţiei este unic. Vei zice probabil – UAU! Acum ai mers prea departe! Dă-mi voie să explic cum am înţeles eu ceea ce scrie în Scripturi.

În primul rând, am realizat că niciun model de bărbat şi soţ pe care istoria l-a avut până acum nu se poate compara cu ceea ce reprezintă Cristos, Domnul. El reprezintă modelul masculinităţii în forma în care a fost ea concepută de la început. Dar păcatul a dat totul peste cap – în ceea ce ne priveşte pe noi, oamenii. Nu l-a luat prin surprindere pe Dumnezeu, dar în ce ne priveşte pe noi (pe bărbaţi în particular), ne-a distrus şi a mutilat complet căsătoria. Păcatul nu a introdus rolurile în căsnicie, ci le-a pervertit.

De aceea avem nevoie de o interpretare divină pentru a înţelege scopul original precum şi intenţia lui Cristos de a regenera omul – nu doar în relaţia cu Dumnezeu, ci şi în relaţia cu aproapele lui. Cine este mai aproape de mine decât soţia mea? Şi cine este aproapele Emei, dacă nu eu?

Un alt model

Chemarea pe care o face Apostolul Pavel în textul de mai sus vine în urma poruncii: „Fiţi plini de Duh Sfânt"(v. 18b).

> Dimpotrivă, fiţi plini de Duh. Vorbiţi între voi cu psalmi, cu cântări de laudă şi cu cântări duhovniceşti, şi cântaţi şi aduceţi din toată inima laudă Domnului. Mulţumiţi totdeauna lui Dumnezeu Tatăl, pentru toate

> lucrurile, în Numele Domnului nostru Isus Cristos. Supuneţi-vă unii altora în frica lui Cristos. (v. 18-21)

Supunerea reciprocă implică plinătatea Duhului, implică un anume mod de viaţă şi anumite relaţii cu Dumnezeu şi cu cei din jur, implică slujirea, servirea şi edificarea celuilalt. Şi această supunere reciprocă este valabilă pentru toate categoriile menţionate aici de Pavel – soţi şi soţii, părinţi şi copii, sclavi şi stăpâni.

Forma slujirii soţului faţă de soţie, pe de altă parte, este diferită de forma slujirii soţiei faţă de soţ. Şi tocmai în aceasta constă şi diferenţa dintre rolurile soţului şi soţiei. Soţul este comparat cu capul Bisericii, iar soţia cu trupul. Soţiile sunt chemate să se supună soţilor precum Biserica lui Cristos. Soţii sunt chemaţi să iubească aşa cum a iubit Cristos Biserica—iar aceasta implică o responsabilitate imensă.

Rolul primordial al soţului, capul familiei, este acela de a conduce. Dar ceea ce trebuie să caracterizeze conducerea pe care o exercită el este dragostea. Practic, din textul Scripturii reies două moduri în care se manifestă conducerea îmbibată de dragoste a soţului în familie: (1) protejarea soţiei şi (2) îngrijirea soţiei.

Protejarea soţiei

Bărbatul ca soţ este chemat să-şi iubească soţia aşa „cum a iubit şi Cristos Biserica şi S-a dat pe Sine pentru ea..." Această afirmaţie implică rolul pe care l-a jucat Cristos în relaţia cu Biserica, rol care constituie un model pentru soţi. Cristos a purtat păcatul Bisericii (1 Pet. 2:24), s-a făcut blestem pentru Biserică (Gal. 3:13), a murit pentru Biserică (Rom. 5:8), pentru ca Biserica să fie împăcată cu Dumnezeu şi protejată de mânia lui Dumnezeu (Rom. 5:10) care se revarsă împotriva tuturor celor care au săvârşit nelegiuirea – şi nu este niciunul măcar care să nu facă parte din această categorie (Rom. 3:23). Există oare altceva sau altcineva mai nobil şi mai măreţ decât Cristos, care ar putea demonstra dragostea lui protectoare faţă de Biserică? Eu cred că nu!

Îngrijirea soţiei

Pentru a descrie a doua manifestare a conducerii pe care soţul este chemat să o exercite în familie, apostolul Pavel foloseşte expresia – „hrăneşte şi îngrijeşte cu drag".

> Tot aşa trebuie să-şi iubească şi bărbaţii nevestele, ca pe trupurile lor. Cine îşi iubeşte nevasta, se iubeşte pe sine însuşi. Căci nimeni nu şi-a urât vreodată trupul lui, ci îl hrăneşte, îl îngrijeşte cu drag, ca şi Cristos Biserica. (v. 29)

Nu am să uit niciodată sentimentele pe care le-am trăit după ce ni s-au născut copiii. La fiecare dintre ei am experimentat aceea dragoste direcţionată spre copil, dragoste care s-a manifestat practic în hrănirea şi îngrijirea fiecăruia cu mare grijă. A te trezi noapte de noapte pentru a face acelaşi lucru la intervale de 2-3 ore nu reprezintă o plăcere pentru nimeni – cu excepţia situaţiei în care o faci pentru cineva drag ţie. Dragostea despre care vorbim aici este mai mult decât *eros* sau chiar *fileo*. Este dragoste *agape* – care se dăruieşte chiar dacă nu primeşte nimic în schimb.

Dorinţa de a îngriji şi purta de grijă o vedem şi la Iosif, în cartea Geneza, atunci când invită familia tatălui său să vină la el în Egipt şi îi face următoarea promisiune: „te voi hrăni" (aceeaşi expresie ca în Efeseni), deoarece urmau alţi cinci ani de foamete (Gen. 45:9-11).

Cu mulţi ani în urmă, am cunoscut o doamnă în vârstă care nu avea pe nimeni care să o îngrijească. După mai multă chibzuială şi la îndemnul unor prieteni, a decis să se dea în întreţinere. Sigur, în schimbul acestei slujbe urma să plătească cu pensia şi cu casa ei. În timpul vieţii, pensia ei urma să fie preluată de familia care o îngrijea, iar când urma să moară, casa ei rămânea acelei familii. După semnarea actelor care reglementau relaţia dintre cele două părţi, familia îngrijitoare s-a apucat de treabă. Au trecut câţiva ani, şi cu toate că familia respectivă continua să o hrănească şi să o îngrijească pe acea doamnă în vârstă, am observat un lucru. Totul era făcut fără

tragere de inimă, cu o doză de iritaţie, aproape că puteai spune că în silă (doamna era lăsată singură cu orele, fără ca cineva să o întrebe ceva). Doar acel contract îi mai făcea pe cei tineri să continue procesul.

Nu despre o astfel de hrănire şi îngrijire vorbeşte Scriptura. Ci este vorba despre o îngrijire „cu drag." Mă întorc la exemplul lui Iosif, care şi-a adus familia la el cu drag (tatăl, fraţii, în total 70 de persoane) şi a avut grijă de ea în Egipt. S-a îngrijit de cei care cu ani în urmă au vrut să-l omoare, care l-au vândut ca sclav şi apoi au minţit cu privire la soarta lui.

Dragostea lui Cristos

Cristos, la rândul Lui ne-a iubit cu o dragoste agape, care se dăruieşte şi care ne-a oferit iertare şi viaţă veşnică fără să putem noi oferi ceva în schimb. Mai mult, a făcut acest lucru pe când eram încă duşmanii Lui. Acest fel de dragoste reprezintă standardul pe care noi, bărbaţii, trebuie să-l urmărim. O astfel de conducere ne este încredinţată în familiile pe care le avem. Cum ar arăta familia de azi dacă bărbaţii ar urma acest exemplu? Oare care femeie nu-şi doreşte un astfel de soţ care să caute zi de zi să se ridice la acest standard? Bineînţeles că analogia cu Cristos nu implică faptul că noi, bărbaţii, Îl înlocuim pe Cristos – nicidecum. Suntem încă supuşi slăbiciunilor şi păcatului – iar dacă Cristos n-a cedat în faţa păcatului, nu tot aşa este şi cu noi. Greşim şi păcătuim cu toţii. Dar vestea bună este că „dacă ne mărturisim păcatele, El este credincios şi drept să ne ierte păcatele şi să ne cureţe de orice nelegiuire".

Cine este acest „El"? Cristos Isus! Bărbaţi şi femei, soţi şi soţii, chemarea este la o viaţă deosebită, dar prin harul şi dragostea care este şi vine din Cristos Isus, Domnul vieţii. Poate ţi se pare ciudat că insist asupra acestor lucruri. Poate ţi se pare că sunt depăşit şi de modă veche. Dar printre toate vocile de azi care te invită la un anume fel de viaţă, care dintre ele crezi că are substanţă şi profunzime? Care crezi că reprezintă soluţia?

Chiar acum, când scriu aceste rânduri, am citit invitaţia pe care i-o face Osama bin Laden poporului american de a trece la Islam. La un sistem care promovează dragostea faţă de

aproapele? Nicidecum! „Veniţi la Islam şi nu vă vom mai teroriza" – par să spună ei.

Cristos vede starea jalnică în care ne bălăcim noi, oamenii – şi ne cheamă la viaţă. Religia lui Cristos este religia dragostei şi a facerii de bine – nicidecum a urii şi violenţei. Alegerea ne aparţine – decizia este a mea şi a ta.

Rolul soţului, un cuvânt în plus

Revenind la aspectele conducerii soţului în familie – protecţia şi îngrijirea – acestea trebuie să se regăsească atât la nivel fizic (biologic), cât şi la nivel psihologic şi la nivel spiritual.

Conducere în domeniul biologic (fizic)

Soţul este cel care trebuie să se îngrijească de protecţia soţiei, a familiei. De câte ori familia se află în primejdie, soţul are datoria de a lua iniţiativa de a o proteja. De asemenea, el are rolul şi sarcina principală de a pune pâine pe masă. De a hrăni familia. Când spun rolul şi sarcina principală, mă refer la acele situaţii în care acest lucru este posibil. Sigur, apar situaţii în viaţă în care soţul este bolnav sau ajunge în incapacitatea de a fi angajat. Dar vai de soţul care îşi abandonează chemarea de a-şi proteja soţia şi familia şi de a se îngriji de ea şi de a o hrăni cu drag, atunci când poate să o facă!

Conducere în domeniul psihologic

Aici mă refer în mod special la două aspecte: cel intelectual şi cel emoţional. Soţul are chemarea de a-şi proteja şi îngriji soţia şi la nivel intelectual şi emoţional. Oare îţi este indiferent dacă soţia ta citeşte zi de zi literatură bună şi de calitate prin care îşi continuă dezvoltarea capacităţilor intelectuale sau citeşte doar ziare şi reviste ieftine şi de scandal? Ce te preocupă pe tine ca soţ, la nivel intelectual? Când ai puţin timp liber îl ocupi cu televizorul şi cu reviste deşucheate? Îţi distrugi mintea şi viaţa cu reviste pornografice? Eşti chemat să veghezi asupra ta şi asupra casei tale. Mă întreb adesea oare cum sunt influenţate în viaţa de

zi cu zi soţiile care se uită tot timpul la telenovele, care îşi hrănesc mintea zilnic cu intrigi şi poveşti? Ce punem în mintea noastră ne va influenţa sentimentele şi emoţiile şi consecinţele se vor resimţi la nivelul comportamentului nostru.

Vreau să fac o precizare clară. Nu mă refer la controlul exercitat asupra soţiei în legătură cu ceea ce citeşte sau priveşte. Nu cred că prin control şi forţă vei obţine ceva bun. Dar dacă eşti preocupat de binele soţiei tale – atunci, prin dragostea pe care i-o arăţi, vei deschide o uşă spre inima ei şi vei rămâne poate uimit să constaţi că primeşti în schimb supunere din partea ei.

Conducere în domeniul spiritual

Cred că bătăliile cele mai mari se dau aici, în domeniul spiritual. Biblia ne spune că fiinţa umană este influenţată de lumea spirituală. Soţul este chemat să preia iniţiativa şi conducerea cu toată seriozitatea la acest nivel spiritual. De unde începi? Începi cu tine însuţi, iar apoi continui cu soţia şi copiii!

Ajungi la performanţe doar când pregătirea este bună şi susţinută, constantă. Un sportiv bun se antrenează cu perseverenţă. Un pianist bun cântă zilnic la pian. Dar un soţ bun? Se conectează la Cristos zi de zi ca mai apoi să-şi poată conduce familia. Te-ai gândit să te rogi pentru viitoarea ta soţie? Şi dacă o faci, te rogi ca Domnul să o facă cum vrei tu sau cum vrea El? Avem nevoie să venim în rugăciune şi să postim pentru cei dragi ai noştri.

Apostolul Petru scrie în prima lui Epistolă următoarele:

> Bărbaţilor, purtaţi-vă şi voi, la rândul vostru, cu înţelepciune cu nevestele voastre, dând cinste femeii ca unui vas mai slab, ca unele care vor moşteni împreună cu voi harul vieţii, ca să nu fie împiedicate rugăciunile voastre. (1 Pet. 1:1-7)

Este purtarea mea faţă de Ema una înţeleaptă? Îi arăt eu cinste prin modul în care mă comport? Apostolul Petru ne spune că vom moşteni împreună Împărăţia lui Cristos.

Vreau să vă mărturisesc ceva. Aşteptările pe care le ai înainte de căsătorie, chiar dacă sunt oarecum voalate, cresc în ce priveşte presiunea şi intensitatea după căsnicie. Şi eu la rândul meu, am încercat să o schimb pe Ema după cum credeam eu că trebuie să fie. Speram (în adâncul inimii mele) că odată ce vom fi căsătoriţi, Ema va înţelege importanţa punctualităţii. Adică, dacă am spus că plecăm de acasă la ora 9 dimineaţa, să reuşim să plecăm cândva în jurul orei 9. Bineînţeles că s-a dovedit încă o dată empiric cât de greu şi anevoios este acest drum înfundat. Nu pentru că ea nu dorea să plece la ora stabilită, ci pentru că modul ei de planificare era diferit de al meu. Am vrut să o schimb – dar eram frustrat din cauza nereuşitei. Mi se părea normal ca eu să exercit presiuni şi ea să răspundă pozitiv.

Citind şi studiind Scriptura, rugându-mă pentru mine şi ea şi copii, am ajuns într-un punct în care mi-am dat seama că sunt chemat să o iubesc aşa cum este ea, nu aşa cum mi-ar plăcea mie să fie. Că ceea ce eu cer insistent de la ea nu este neapărat cel mai important lucru, ci importantă era pregătirea mea şi a ei pentru cer. Iar acesta este un proces care durează o viaţă! Întrebarea cu care m-am confruntat este: Cum o ajut eu pe ea să se pregătească pentru cer, pentru întâlnirea cu Cristos? Cum îmi duc eu la îndeplinire chemarea lui Dumnezeu de a fi lider în casa mea? M-am uitat la ea şi am văzut-o dintr-o perspectivă nouă. Am văzut-o probabil aşa cum o descrie Petru, ca moştenitoare a Împărăţiei lui Dumnezeu, nu ca proprietatea mea, ca ceva ce îmi slujeşte mie, pentru că eu trebuie să mă simt bine. Dacă doresc ca rugăciunile mele să fie ascultate, conform Apostolului Petru, trebuie să mă comport cu înţelepciune cu ea, dându-i cinste prin modul în care o iubesc şi mă port faţă de ea. Practic, o pot întreba de fiecare dată înaintea unei plecări: Ce pot să fac şi cu ce te pot ajuta ca să ieşim din casă cât mai aproape de ora 9?

Singura atenţionare şi pentru soţ şi pentru soţie este următoarea: Nu-l idolatrizaţi pe celălalt. Închinarea noastră trebuie îndreptată spre Cristos, nu spre un om. Cineva îmi spunea că nu şi-a dorit copii pentru că-l iubea pe soţul ei aşa de

mult încât a vrut să fie toată viaţa doar cu el. Cred că este o iubire falsă. Cred că era vorba de egoism şi nu de dragoste adevărată. Ascultarea noastră de Cristos este testată în relaţiile cu cei din jurul nostru.

Doresc să închei cu un text scris de Dietrich Bonhoeffer în perioada celui de-al Doilea Război Mondial. Este o parte dintr-o scrisoare, cu sfaturi premaritale pe care le oferă unui prieten logodit. Iată ce îi scrie el viitorului soţ:

> Faptul că soţul este numit capul familiei, iar Cristos este descris ca fiind capul Bisericii (Ef. 5:23) este o splendoare divină reflectată asupra relaţiilor noastre umane, şi trebuie să-i dăm atenţie şi onoare. Demnitatea care vine din această chemare nu stă în capacitatea şi calităţile personale ale soţului, ci în însăşi chemarea pe care o are în căsnicie. Soţia ar trebui să-l vadă pe soţ prin prisma acestei demnităţi. Dar în ce-l priveşte pe soţ, el este răspunzător de soţia lui, de căsnicia lor şi de familia şi casa lor. Lui îi revine responsabilitatea îngrijirii şi protejării familiei; el reprezintă familia pentru cei din afară; el este sprijin şi suport; este capul familiei, cel care îndeamnă, disciplinează, ajută, oferă mângâiere şi este răspunzător înaintea lui Dumnezeu pentru ea.[25]

Acum, cititorule, crezi că vei putea deveni un soţ bun? Sincer, am avut momente de deznădejde, când mi s-a părut că lucrurile se împotmolesc şi nu mai există cale de ieşire. Dar de fiecare dată am înţeles că de fapt Cristos nu m-a chemat şi împuternicit pentru această lucrare fără să mă şi echipeze pentru ea. Mai mult, orice înaintare a mea I se datorează Lui, deoarece eu pot merge înainte doar prin puterea şi harul lui Cristos, care mă întăreşte. Promisiunea Lui este da şi amin, adică de neclintit! Şi cred în El. Dacă tatăl meu nu a ştiut să-mi spună toate aceste lucruri sau să le practice în viaţa de zi cu zi, am realizat că Tatăl ceresc a făcut-o. A fi un bărbat adevărat înseamnă a fi un urmaş demn al lui Cristos, un urmaş care, prin viaţa lui, reflectă aroma dragostei divine.

Soţia se supune, iubeşte şi se dăruieşte

Rolul pe care mi l-a încredinţat mie Dumnezeu în căsnicie este acela de a mă supune soţului meu, care este capul familiei, de a-i fi o parteneră creatoare sau un ajutor potrivit.

Supunerea nu este. . .

Există câteva idei şi concepţii greşite despre supunere: Datorită faptului că femeile sunt un „vas" mai gingaş, unii cred că aceasta înseamnă că ea este inferioară. Deoarece a fost creată după bărbat, ea trebuie să i se supună întotdeauna şi, în tot ce face, trebuie să recunoască şi să accepte că el este fără greşeală. Desigur, sunt multe pasaje din Scriptură care ne vin în ajutor şi aruncă o cu totul altă lumină asupra acestor concepţii greşite. Pentru această discuţie, însă, cred că cele mai potrivite texte ar fi Filipeni 2 şi 1 Petru 3:7.

> Să aveţi în voi gândul acesta, care era şi în Cristos Isus: El, măcar că avea chipul lui Dumnezeu, totuşi n-a crezut ca un lucru de apucat să fie deopotrivă cu Dumnezeu, ci S-a dezbrăcat pe Sine Însuşi şi a luat un chip de rob, făcându-Se asemenea oamenilor. (vv. 5-7)

> Bărbaţilor, purtaţi-vă şi voi, la rândul vostru, cu înţelepciune cu nevestele voastre, dând cinste femeii ca unui vas mai slab, ca unele care vor moşteni împreună cu voi harul vieţii, ca să nu fie împiedicate rugăciunile voastre. (v. 7)

Vedem, aşadar, că, împreună cu soţii noştri, suntem moştenitoare ale vieţii veşnice, iar acesta este un adevăr extraordinar. Mai mult, exemplul nostru de supunere este Însuşi Domnul Isus, care, deşi era Fiul lui Dumnezeu, a renunţat la toate bogăţiile cereşti şi a acceptat să fie rob de dragul nostru, al oamenilor.

Supunerea este. . .

Haideţi acum să vedem împreună ce ne spune Biblia că *este* supunerea. Aşa cum am subliniat la începutul acestui capitol, în Trinitate există o relaţie de slujire reciprocă între Tată, Fiu şi Duh Sfânt. Îmi place mult cum este descrisă această relaţie în cartea *The Everlasting God*:

> Tatăl Îşi iubeşte Fiul şi Îi dăruieşte tot ce are. Fiul face întotdeauna voia Tatălui! Duhul Sfânt ia din lucrurile pe care le are Fiul şi ni le descoperă nouă. El nu Se glorifică pe Sine. De la Trinitate învăţăm că relaţia este esenţa realităţii şi, de aceea, este şi esenţa existenţei noastre. Mai învăţăm de asemenea că modul în care această relaţie trebuie trăită este prin a fi interesaţi de soarta celor din jur. În cadrul Trinităţii Dumnezeieşti, fiecare dintre cele trei Persoane este interesată de binele celeilalte.[26]

Supunerea este o dovadă a dragostei mele, o reflectare a ascultării Bisericii lui Cristos, o trăire în armonie, aşa cum este ea exemplificată în Trinitate. Supunerea reprezintă în primul rând atitudinea mea faţă de Dumnezeu. Bărbaţii sunt chemaţi să iubească, soţiile să se supună. Mandatul este biblic.

Să nu uităm însă că Dumnezeu nu Îşi împarte niciodată autoritatea cu liderii pământeşti, astfel că soţul nu are niciodată dreptul de a-i cere soţiei sale să păcătuiască. Supunerea perfectă este cea demonstrată de Isus. Ca soţie, alegi să te supui asemeni Lui. Urmând exemplul Lui, avem posibilitatea să creştem în dragoste. Dacă cred în El şi în ordinea pe care a lăsat-o El pentru familie şi dacă am încredere în faptul că totul merge conform planului Lui, atunci aceasta este singura posibilitate pe care o am de a creşte spiritual. Mai mult, Îi arat astfel lui Dumnezeu aprecierea pentru soţul meu pe care El l-a învestit să fie preotul casei noastre şi cel care mă protejează.

Vorbe şi fapte

Un lucru pe care l-am ştiut dar l-am înţeles mult mai bine de când avem copii este marea putere de influenţă a unui mod de viaţă care îmbină vorbele cu faptele. Mi s-a întâmplat de câteva ori să-l urmăresc pe Andi, băiatul nostru cel mare, admonestându-i pe fraţii lui mai mici, şi cu ruşine spun că aş fi dorit să nu fiu acolo... Andi imită tonul vocii mele, modul meu de a explica. Îmi aminteşte perfect de nevoia pe care o am de a-mi spori răbdarea! Copiii sunt ca nişte „oglinzi minuscule". Aşadar, reţineţi: Dacă vorbele nu se îmbină cu faptele, nu au aceeaşi valoare.

Mai este ceva legat de valoare care trebuie menţionat aici. Dar de data aceasta mă refer la valoarea pe care ne-o atribuim. Dacă ne uităm în jurul nostru, vedem multe femei prinse în această căutare a valorii proprii... însă, din păcate, această căutare are loc în afara căminului. Îţi extragi semnificaţia din ceea ce faci şi nu din ceea ce eşti. Haideţi să vedem ce ne spun despre acest lucru Gary şi Betsy Ricucci, doi reputaţi consilieri maritali creştini:

Contrar opiniei publicului larg, femeia nu a fost creată pentru propria ei împlinire. (Lucrul acesta este valabil şi pentru bărbaţi!) Ea a fost creată să fie un ajutor şi o persoană care să contribuie la dezvoltarea relaţiei. Aceasta nu este o însărcinare uşor de acceptat. Noi tindem să ne zbârlim şi să gândim: *Trebuie să existe ceva mai important de făcut decât asta!* Ce gospodină nu s-a trezit întrebându-se, după a cincizecea tură de rufe murdare într-o săptămână sau în faţa altei chiuvete pline de vase murdare: „Are vreo valoare ceea ce fac eu aici?" Şi totuşi, în ochii lui Dumnezeu, nimic nu este mai valoros decât slujirea. Cărarea spre măreţia adevărată trece prin slujire.

Dorinţa de a pune mâna pe putere şi de a ne bucura de recunoaştere este naturală. Slujirea este supranaturală. Atât de multe femei pierd astăzi întâlnirea cu supranaturalul fiindcă sunt absorbite de „căutarea semnificaţiei". În mod ironic, cu cât caută mai mult, cu atât se simt mai puţin împlinite. De ce? Semnificaţia se găseşte în sacrificarea propriei vieţi, nu în încercarea egoistă de a găsi fericirea personală.[27]

Am fost creaţi la fel

În ce priveşte esenţa, suntem la fel, am fost creaţi la fel. „Ca entităţi morale, bărbatul şi femeia sunt egali înaintea lui Dumnezeu", spune Thomas. „Aceasta nu înseamnă că nu există deosebiri între ei sau că rolurile lor vor fi sau ar trebui să fie identice. Aceasta înseamnă, după cum ne învaţă Scriptura, că bărbatul şi femeia sunt *deopotrivă* creaţi după chipul lui Dumnezeu. Aceasta este învăţătura pe care o găsim în Geneza 1:27, învăţătură pe care o susţine şi Pavel în Noul Testament, când le scrie galatenilor că în Isus Cristos nu mai este „nici parte bărbătească, nici parte femeiască (Gal. 3:28)".[28]

Aşadar, ordinea presupune existenţa anumitor roluri. Acceptă că Dumnezeu a lăsat această ordine. În Cristos, ca fiinţe create, avem fiecare datoria să ne supunem.

Ajutor potrivit

Am fost create să-i fim soţului nostru un ajutor potrivit. Oare ce înseamnă să fii un ajutor potrivit? Ce îţi trece prin minte când auzi aceste cuvinte? Nu-ţi pot citi gândurile, dar ştiu că acest lucru înseamnă că sunt chemată să împlinesc nevoile lui spirituale, fizice, emoţionale... că sunt o completare. Cuvântul folosit în Geneza 2:18 este „ezer". Este interesant de observat că acelaşi cuvânt este folosit de alte 13 ori în Biblie, cu referire la Dumnezeu ca „ajutorul meu".

Viitoare soţii, aveţi oportunitatea extraordinară de a le fi un ajutor potrivit viitorilor soţi. Şi cum o puteţi face mai bine? Fiţi înţelepte, conştientizând nevoia lor de a creşte în sfinţenie şi în asemănare cu exemplul lăsat de Isus. Hrăniţi-vă din Cuvântul Lui, lăsând ca adevărul Scripturii – faptul că am intrat într-un legământ sfânt cu soţii noştri – să vă penetreze vorbele şi faptele. Fiţi creative prin modul în care reuşiţi să fiţi pentru el ajutor potrivit. Asta nu înseamnă că iei tu mai multe poveri asupra ta, înlăturându-l practic de la treburile gospodăreşti.

Mi-aduc aminte de o discuţie pe care am avut-o cu ani de zile în urmă cu o soţie care se lamenta din cauza lipsei prezenţei de spirit a soţului ei, care era „veşnic cu capul în nori". Ştiu că i-am

spus: „E cu capul în nori, deoarece tu eşti cu picioarele pe pământ şi nu mai are loc de tine." Nu ştiu dacă a înţeles ce am vrut să-i spun, dar a zâmbit. Fă-ţi partea ta, fii inima căminului, dar lasă-i şi lui loc să se bucure de el.

Aşa cum am spus şi în capitolul legat de comunicare, va fi foarte important să-ţi găseşti momentul potrivit pentru a-i vorbi. Scenariul vă e binecunoscut de-acum: el vine acasă şi se închide în cameră, sau se refugiază în faţa televizorului, ea vine acasă şi doreşte să comunice, să relaţioneze cu soţul ei drag. Învaţă cum e, cunoaşte-l. Vezi când e bine să-l întrebi ceva şi când e bine să taci, să te rogi şi să aştepţi.

Supunerea are ca scop bucuria veşnică

În pasajul din Efeseni 5, unde Pavel vorbeşte despre soţi, soţii, dragoste, supunere, apare încă un cuvânt: „teamă" („şi nevasta să se teamă de bărbat", v. 33b). „Teamă" înseamnă aici respect. Foarte des vedem cum lipsa de respect ştirbeşte relaţia. Joan Stough, în cadrul cursului de *Psihologia familiei*, a subliniat mereu nevoia de dragoste şi respect – care implică veneraţie, laudă. Este extraordinar pentru un bărbat să aibă mulţumirea voastră verbalizată. „Acordarea respectului este o obligaţie, nu o favoare; este un act ce denotă maturitate, care ia naştere dintr-o înţelegere profundă a harului lui Dumnezeu"[29]. Mai mult, acest respect sau această cinstire trebuie să fie activă, şi nu pasivă. „Ne cinstim soţii demonstrându-ne stima şi respectul: făcându-le complimente în public, lăudându-le talentele, abilităţile şi realizările şi declarându-ne aprecierea pentru tot ceea ce fac. Cinstea neexprimată nu este cinste."[30]

Daţi-mi voie să vă dau aici un sfat. Ştiu că sunt persoane care ţin un jurnal, mai ales printre noi, femeile. Dacă ai un asemenea jurnal, fă-ţi un obicei din a scrie în fiecare zi câteva cuvinte despre logodnicul tău, despre motivele pentru care îl iubeşti şi îl respecţi, chiar dacă acestea se vor repeta la un moment dat. Acesta este modul tău de a-l ajuta pe el şi implicit pe tine, deoarece mintea ta va fi preocupată de aspectele sale pozitive şi astfel vei strânge binecuvântări pentru perioadele mai dificile, atunci când ele vor veni.

Iubeşte-l aşa cum e, nu încerca să-l schimbi

În *Căsătorie sfântă*, Thomas ne atrage atenţia că dacă ne vom concentra „numai asupra evidenţierii cusururilor partenerului nostru, vom trece pe lângă misterele divine ale căsniciei şi pe lângă lecţiile pe care le putem învăţa din ea".[31]

Acum trei ani, împreună cu o prietenă, am decis să citim cartea *Puterea rugăciunii unei soţii*, de Stormie Omartian. Motivul principal a fost faptul că soţii noştri erau amândoi implicaţi în lucrare şi simţeam că suntem chemate să petrecem mai mult timp pe genunchi, în rugăciuni specifice, şi nu doar generale. Nu am crezut însă că Domnul mai avea încă un motiv pentru care ne-a binecuvântat cu cartea aceea... Nici nu terminasem bine de citit primele capitole, când soţul meu a aflat că trebuia să-şi schimbe locul de muncă. Am trecut printr-o perioadă foarte tensionată, neştiind ce ne va aduce ziua de mâine. Atâta vreme cât m-am frământat şi am tot încercat să-i prezint soţului meu posibile soluţii, am fost dezamăgită – şi eu, şi el. Eu, pentru că nu încerca soluţiile mele, iar el pentru că se simţea copleşit de mulţimea lor. Ţin minte şi-acum că mi-a zis într-o zi: „Ema, te rog lasă-mă pe mine să mă gândesc şi să găsesc soluţii. Atunci când le voi avea, vom discuta şi vom căuta faţa Domnului să vedem care e cea mai bună pentru noi."

Stormie Omartian atrage atenţia asupra faptului că noi nu suntem personalizarea Duhului Sfânt pentru soţul nostru. Suntem chemate să ne rugăm, dar lucrarea trebuie încredinţată în mâna Domnului. Dacă veghez asupra relaţiei mele cu Dumnezeu şi El este prioritatea numărul unu pentru mine, atunci voi trece mai uşor peste toate. Nu uita: tu eşti sau vei fi barometrul căsniciei voastre, tu vei da tonul. „Preocuparea şi datoria aceasta de a face din casa voastră un cămin, spune Omartian, îi permite soţului tău să fie capul, pentru ca tu să fii inima. Să fii şi cap şi inimă e prea mult pentru tine." Eşti sau vei fi inima căsniciei tale. Vei fi oare o inimă caldă şi iubitoare?

Există urmări atunci când neglijezi ce spune Biblia. Planul lui Dumnezeu este singurul care dă rezultate. Nu uita că el, viitorul tău soţ, a fost şi este alesul inimii tale.

În încheiere...

Poate te întrebi: „Ce să fac atunci când mi se pare că ceea ce doresc eu este mai benefic pentru căsnicia noastră decât ce vrea el?" Încurajează-ţi soţul la rugăciune, ai grijă cu cine se însoţeşte el şi cu cine te însoţeşti tu. Veghează asupra relaţiei tale cu Dumnezeu. În Evrei 10:25 citim: „să veghem unii asupra altora, ca să ne îndemnăm la dragoste şi la fapte bune". Sunt chemată să veghez asupra lui ca să previn anumite lucruri care sunt mai greu de reparat după ce se întâmplă.

Rămâneţi ocupate din punct de vedere spiritual! Daţi atenţie aspectului exterior, dar nu în detrimentul celui interior. Apostolul Petru ne vorbeşte despre „curăţia nepieritoare a unui duh blând şi liniştit"(1 Pet. 3:3-4) şi despre adevărata podoabă a unei femei, cea interioară. „Când femeia îşi pune credinţa în Dumnezeu şi nu în soţul ei sau în podoaba exterioară (aspectul ei fizic), înfruntându-şi frica pe baza promisiunilor lui Dumnezeu, acest lucru îi va influenţa direct inima: va avea o pace interioară." Vă aduceţi aminte ce am spus mai sus, că voi veţi fi inima căminului vostru? Aceasta este singura cale spre o inimă iubitoare: ascultarea de Dumnezeu şi de promisiunile Lui.

Cuvânt de încheiere

Am vorbit despre roluri, despre aşteptările pe care le are lumea de la noi şi despre cuvintele scrise pentru noi în Sfânta Scriptură. Lumea nu-L cunoaşte pe Dumnezeu şi astfel principiile Lui sunt neglijate, luate în derâdere, considerate învechite. Noi avem oportunitatea unică de a fi o lumină chiar prin modul în care ne înţelegem, acceptăm şi însuşim aceste roluri. Suntem gata să ascultăm de vocea lui Dumnezeu?

Sfatul 8

Încurajaţi-vă unul pe altul

Să veghem unii asupra altora, ca să ne îndemnăm la dragoste şi la fapte bune.

EVREI 10:24

Cu câteva luni înainte să ne căsătorim, ca parte a programului meu de licenţă, am participat la un curs intitulat „Psihologia familiei". Doamna Stough, profesoara noastră, era de profesie consilier marital, cu a vastă experienţă în domeniu. Un adevăr pe care l-a subliniat pentru studenţii ei încă de la primele ore de curs a fost importanţa înţelegerii familiei în care ne-am născut. Cuvintele ei, „fiecare familie are cultura ei unică şi diversă" îmi răsună şi acum în memorie. Prin urmare, continua ea, când te căsătoreşti trebuie să iei toate aceste aspecte în considerare. Lucrul acesta mi-a dat şi mai mult de gândit, deoarece auzisem spunându-se de-atâtea ori: „mă căsătoresc cu el, sau cu ea, şi nu cu familia lui, sau a ei."

V-aţi gândit vreodată cu toată seriozitatea la faptul că atunci când vă căsătoriţi veţi uni două tipare familiale unice, două personalităţi distincte, două modalităţi diferite de abordare a vieţii? Într-o căsnicie, fiecare aducem o colecţie unică de calităţi, atitudini şi daruri primite de la părinţi, fraţi, surori, bunici, unchi, mătuşi şi verişori.

Aşa cum am menţionat şi în primul capitol, fiecare dintre noi aducem în căsătorie un mod de gândire diferit de cel al

partenerului nostru. Acţionăm şi reacţionăm diferit, stilurile de comunicare ne sunt diferite. Toate acestea ne sunt influenţate de familia noastră de origine, de familia în care ne-am născut. Unul dintre obiectivele unei familii proaspăt formate este tocmai acesta de a găsi calea cea mai frumoasă de a îmbina toate aceste obiceiuri astfel încât să-şi formeze un stil unic. Toate acestea pot fi o încurajare pentru voi.

Cunoaşte-ţi familia, cunoaşte-te pe tine

Îţi aminteşti de anii copilăriei tale? Dar de anii adolescenţei? De multe ori am întâlnit cupluri care erau convinse că se cunosc bine şi nu se aşteptau la surprize după nuntă. Cu toate acestea, după „ziua cea mare", s-au confruntat cu aspecte la care până atunci nici nu se gândiseră. Aceste obiceiuri sunt uneori automatisme de care nu ne dăm seama şi pe care încercăm să le justificăm, spunând: „păi, la noi în casă aşa se face". Folosind un set de întrebări preluate de la cuplul nostru mentor, David şi Vera Mace, Vă invităm să petreceţi un timp împreună în care să discutaţi răspunsul la următoarele întrebări:

- Cum obişnuiaţi să luaţi masa? Era toată familia prezentă? Spunea cineva o rugăciune înainte de a se mânca? Cine punea masa? Cine gătea? La masă, stăteaţi şi discutaţi în voie? Participau toţi la discuţie, sau cineva vorbea şi ceilalţi ascultau? Cine strângea masa şi spăla vasele?
- Care erau îndatoririle tale? Aspirai, ştergeai praful, duceai gunoiul?
- Care a fost modul de disciplinare al părinţilor tăi? Cât de uşor acceptai mustrarea? Ţi se părea dreaptă pedeapsa? Ţi se părea că erau nepărtinitori faţă de tine?
- Ce fel de relaţie de căsnicie au avut părinţii tăi? S-au înţeles bine? S-au contrazis în faţa voastră, a copiilor? Este căsnicia lor un model pentru tine?
- Care era situaţia financiară a familiei? Lucrau ambii părinţi? Cine câştiga mai bine? Aveau datorii?
- Ţi-aduci aminte de vreo perioadă de criză în familie? Cum au reacţionat părinţii tăi? Cum te-a afectat pe tine?

- Cum te-ai înţeles cu fraţii şi surorile tale? Ai fost mai apropiat de vreunul dintre ei? Ai fost singur la părinţi? Dacă da, ţi-ai fi dorit să ai un frate sau o soră?
- Ce cred părinţii tăi despre logodnicul sau logodnica ta?
- Ce părere are logodnicul sau logodnica ta despre părinţii tăi?
- Ai crescut aproape de bunici? Cum te-ai înţeles cu ei? Ai avut vreun unchi sau vreo mătuşă cu care te-ai înţeles mai bine? Ai relaţii strânse cu familia ta lărgită?
- Ce părere ai despre familia logodnicului sau a logodnicei tale?[32]

Recitiţi împreună răspunsurile date şi încercaţi să identificaţi obiceiurile similare precum şi pe cele distincte. Scopul final este să ajungeţi să identificaţi posibile domenii în care vor apărea interferenţe din partea părinţilor sau a unor membri de familie.

Un sfat

În cartea lor *When the Honeymoon's Over*, David şi Vera Mace ne dau un sfat extraordinar: „Una dintre regulile cele mai importante ale căsniciei este acesta: Străduiţi-vă să nu daţi voie niciodată familiei voastre, sau vreunui membru al familiei, să vă critice mariajul sau partenerul, mai ales când acesta nu este de faţă. Când lucrul acesta se întâmplă, apar întotdeauna probleme. Fiţi gata să primiţi sfaturi sau sugestii, dar numai atunci când le primiţi împreună. Căutaţi apoi calea cea mai bună de a le pune în aplicare, dacă veţi considera de comun acord că acest lucru este necesar. Dacă nu sunteţi de acord cu ceea ce vi se spune, străduiţi-vă să răspundeţi într-un mod cât mai politicos şi oferiţi motive pentru reticenţa voastră."[33]

Şi noi, familia Arp, vă îndemnăm să vă concentraţi eforturile pentru a menţine o relaţie cât mai bună cu ambele familii. Cea mai importantă este însă relaţia dintre voi doi şi adâncirea acesteia.

Ce aşteptări există din partea familiilor voastre?

Indiferent în ce lună din an suntem, mereu apar aniversări, zile de naştere sau ocazii speciale în familie. Care sunt aşteptările din partea familiilor voastre? Trebuie să fiţi cu ei la fiecare zi de naştere? Cum rămâne cu sărbătoarea Crăciunului sau a Paştelor? Aveţi două „locuri rezervate" la masă de fiecare dată? Dacă locuiţi în acelaşi oraş, i-aţi întrebat cât de des se aşteaptă să treceţi pe la ei? Dar ei, aşteaptă să îi invitaţi la voi, sau vin ori de câte ori doresc şi pot? De cele mai multe ori, nu ştim care sunt aşteptările celorlalţi până când nu îi întrebăm.

Dacă se ivesc ocazii speciale în familie la care doriţi să participaţi dar nu puteţi fi în două locuri deodată, discutaţi împreună care este varianta cea mai bună atât pentru prezent, cât şi pentru viitor. Nu uitaţi însă, aşa cum am spus mai sus, acestea nu sunt la fel de importante ca relaţia voastră.

Dar din partea prietenilor voştri?

Poate ai o fire foarte prietenoasă şi ai fost mereu „sufletul petrecerii." Cum împaci stilul de viaţă de ieri cu căsnicia de astăzi? Le spui prietenilor pur şi simplu: „Dragilor, de astăzi sunt căsătorit, nu mă mai căutaţi, nu mă mai sunaţi!?" Fiecare trebuie să găsească modalitatea cea mai bună de a-şi menţine prieteniile, însă prioritatea numărul unu este de-acum soţul sau soţia. De asemenea, sfatul nostru este să căutaţi să cultivaţi acele prietenii care vă ajută în relaţia voastră de căsnicie şi mai ales vă apropie de Domnul, şi chiar să căutaţi prieteni noi cu aceleaşi preocupări şi aflaţi în aceeaşi etapă în viaţă ca şi voi. Adesea noi, familia Ban, îi încurajăm pe cei care vin la consilierea premaritală să nu se „piardă în mulţime" după nuntă, ci să îşi găsească un grup din care să facă parte, fie că acesta este corul bisericii, un grup de misiune sau un grup de rugăciune şi studiu biblic. Acum câţiva ani, am format un grup al familiilor tinere la care am invitat acele familii din biserică ce erau în primii cinci ani de căsnicie. Dacă nu aveţi un astfel de grup la voi în biserică, poate Domnul vă pune pe inimă să începeţi o astfel de lucrare.

Rugaţi-vă, şi El va face mai mult decât putem noi „cere sau gândi."

Încă un pas

Credem că una dintre cheile succesului unei căsnicii de lungă durată este să puneţi elementele pozitive mai presus de cele negative. Ce se întâmplă dacă faceţi lucrul acesta? Veţi deveni acel cuplu fericit în care soţul şi soţia sunt cei mai buni prieteni, se plac reciproc şi caută să fie adesea împreună. Într-un sondaj făcut la nivel naţional, am descoperit că factorul principal al căsătoriilor de lungă durată era gradul de prietenie dintre cei doi soţi. Specialiştii de la Universităţile din Virginia şi Denver au anunţat că cei mai buni doi indicatori ai succesului conjugal sunt modul în care cuplurile abordează şi soluţionează mânia şi conflictul şi, respectiv, profunzimea relaţiei dintre cei doi.

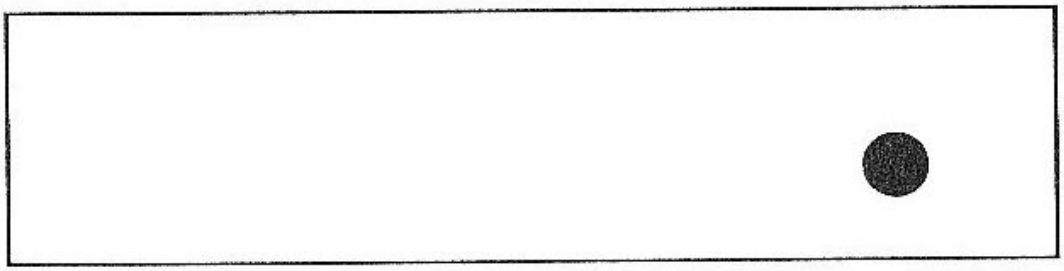
Evită ce e negativ, accentuează ce e pozitiv

Opusul cultivării bunăvoinţei într-o relaţie este zdrobirea emoţională a partenerului. Este unul dintre cele mai crude şi urâte lucruri pe care le puteţi face – care atacă însăşi inima căsniciei voastre! Avem mare nevoie să ne încurajăm reciproc... Dacă nu ne încurajăm noi unul pe altul, cine s-o facă?! Şefii sau colegii de serviciu? Nu vă bazaţi pe asta!

Vom primi oare ajutor de la prietenii noştri? Cu puţină şansă, poate... dar nu trebuie să contăm pe asta! Partenerii noştri au nevoie de încurajarea care vine de la noi. Puteţi avea o influenţă nemaipomenită asupra soţului sau a soţiei voastre dacă îl ridicaţi în loc să-l dărâmaţi! Iată câteva direcţii şi domenii de unde puteţi începe: căutaţi aspectele pozitive, preţuiţi cu sinceritate şi cultivaţi simţul umorului.

Este foarte uşor să observi ce e pozitiv înainte de căsătorie. Dar, după aceea, rozul ochelarilor noştri păleşte încetul cu încetul... Cum s-a-ntâmplat de altfel şi cu noi, credem că şi voi aţi descoperit că persoana de alături nu este perfectă... ba chiar are unele obiceiuri de-a dreptul enervante! Faptul că trăiţi împreună şi că vă „frecaţi" unul de celălalt zi şi noapte vă

predispune la accentuarea aspectelor negative, în locul celor pozitive... De ce e aşa? Priviţi pentru o clipă imaginea de mai jos.



Ce v-a sărit imediat în ochi?! Punctul negru, nu-i aşa?! Tendinţa noastră naturală este să ignorăm spaţiile albe şi să observăm punctul negru, oricât de mic... Tot aşa, avem tendinţa să observăm mai repede greşelile sau slăbiciunile partenerului. De ce oare? Să fie acesta un mod de a ne trăda propria nesiguranţă?!

Este greu să-l ajuţi pe celălalt să crească, dacă tu însuţi te simţi nesigur... Mulţi dintre noi însă, au pur şi simplu nevoie să se reorienteze, să se concentreze asupra aspectelor pozitive. Una dintre soţiile care participau la seminarul nostru *Marriage Alive* ni se confesa: „Când e vorba de soţul meu, îi văd numai greşelile... Parcă nu face nimic bine; văd doar greşeli şi lipsuri. Abia acum îmi dau seama că relaţiile sunt în continuă schimbare, că ele nu «încremenesc» la un anumit nivel! Vreau să împingem căsnicia noastră pe un alt făgaş, să crească şi să se dezvolte... Începând de astăzi, mă angajez să caut în fiecare zi să afirm şi să promovez calităţile soţului meu!"

Sfatul lui Goethe

Marele scriitor şi gânditor german Johann Wolfgang von Goethe a spus: „Dacă te porţi cu un om după cum este, aşa va rămâne. Dacă-l tratezi ca şi cum ar fi deja aşa cum ar putea fi şi ar trebui să fie, se va maturiza şi va deveni mai bun." Începe şi tu să te uiţi la partenerul tău de viaţă prin prisma cuvintelor lui Goethe. Poate că viitorul soţ (sau viitoarea soţie) se găseşte într-un moment delicat din viaţa lui. Poate că e pe punctul să deprindă o nouă abilitate, să înveţe o meserie sau poate că îşi

schimbă locul de muncă sau profesia. Ce-ar fi să-i recunoşti abilităţile şi să-i lauzi punctele tari sau dorinţa de schimbare şi maturizare?! Următorii câţiva paşi te pot ajuta să te concentrezi asupra lucrurilor pozitive.

Paşi ajutători

Alege să te concentrezi asupra calităţilor celuilalt. Aşa cum am mai subliniat, toţi avem atât puncte tari, cât şi puncte slabe. Niciunul dintre ele nu ne garantează nici succesul, nici nereuşita, ci doar delimitează cadrul în care ne dezvoltăm personalitatea şi relaţia. Trebuie să ne promovăm reciproc şi să asigurăm mediul în care celălalt devine eficient, pentru că lucrează cu punctele sale tari. Chiar şi din slăbiciunile noastre putem învăţa unul de la altul! Ce aţi face în cazul de mai jos?

Partenerul este un maniac al ordinii şi al organizării, iar tu eşti unul din cei care au generat maxima „Oamenii cei mai creativi sunt cei mai împrăştiaţi". Ce vei face?

- ❑ Nici prin cap nu-ţi trece să încerci să devii mai ordonat, deoarece nu vrei să concurezi şi să pierzi!
- ❑ Îl/o critici, pentru că este prea ordonat/ă;
- ❑ Îi apreciezi ordinea şi organizarea şi încerci să înveţi şi tu să fii la fel.

Să ne gândim la alt scenariu. Eşti tăcut şi retras, dar partenerul tău este un vorbăreţ neobosit. Care este reacţia ta?

- ❑ Îl critici pentru că vorbeşte prea mult;
- ❑ Îl trimiţi peste tot ca reprezentant al tău (şi al familiei);
- ❑ Îi apreciezi talentul, îl lauzi pentru această calitate şi profiţi de pe urma asta.

În fiecare zi, suntem puşi în faţa unei alegeri: fie să profităm de calităţile partenerului, fie să ne simţim ameninţaţi de punctele lui forte. Dacă îi apreciezi calităţile, asta te va ajuta să treci cu bine prin perioadele mai dificile. Am descoperit şi noi, în

căsnicia noastră, că momentele mai grele au devenit benefice atunci când ne-am apreciat reciproc calităţile.

Avusesem un an greu înainte de implicarea totală în consilierea maritală şi asistenţa conjugală. Tocmai lansasem programul *Marriage Alive* şi tot anul se scursese între întâlniri, lucrări, planuri, termene, supra-termene şi amânări peste amânări... Zilele şi nopţile ne erau atât de stresante, încât nu de puţine ori am fost gata să renunţăm la tot! Aveam impresia că la fiecare trei paşi înainte, făceam doi înapoi... Dacă nu ne-am fi încurajat continuu unul pe celălalt, n-am fi ieşit cu bine din perioada aceea!

David a încurajat creativitatea mea şi talentul meu organizatoric, fără de care s-ar fi ales praful de toate planurile noastre! Eu am întreţinut entuziasmul cu care David a prezentat ideile şi propunerile noastre sponsorilor şi fondatorilor programului. Disciplina şi motivaţia mea ne-au ţinut căsnicia şi idealurile pe linia de plutire, iar când eu eram descurajată, consecvenţa sistematică a lui David ne-a ajutat să trecem peste zilele lungi de aşteptare a unui verdict din partea celor implicaţi. Nici unul nu am fi reuşit singur! Vă încurajăm aşadar şi pe voi să ţintiţi cooperarea, şi nu competiţia!

Alege să ţii evidenţa lucrurilor bune şi a celor rele

În cartea sa *Why Marriages Succeed or Fail*, dr. John Gottman scrie: „Dacă vă doriţi stabilitate în căsnicie, trebuie să aveţi măcar de cinci ori mai multe experienţe pozitive decât negative!"[34] Analizaţi-vă modul în care interacţionaţi cu partenerul vostru. Din păcate, cel mai adesea raportul dintre aspectele pozitive şi cele negative este unu la cinci, nu cinci la unu, cum ar trebui să fie! Care este raportul în cazul vostru?

În următoarele 24 de ore, ţineţi evidenţa de câte ori îi spuneţi celuilalt un lucru bun sau unul rău. Nu uitaţi: cinci la unu este doar o cale de a menţine balanţa. Alţi specialişti în domeniu sugerează şapte la unu, ca variantă aproape optimă...

Alege să faci o listă cu lucrurile bune

Când gândim negativ, ne exprimăm cu uşurinţă gândurile negative, dar când gândim constructiv şi pozitiv, mai degrabă le

ţinem pentru noi, parcă nu mai suntem atât de dispuşi să le împărtăşim. Ce-ar fi să-ncercaţi să le scoateţi la iveală, scriindu-le pe o bucată de hârtie? Cu mii de ani în urmă, Apostolul Pavel – care nu era un psiholog! – îi îndemna pe cunoscuţii lui din primul oraş din Europa în care a ajuns creştinismul (Filipi) să se lase însufleţiţi de cele bune, şi nu de cele rele: *„...tot ce este adevărat... vrednic de cinste... drept... curat... vrednic de iubit... vrednic de primit, orice faptă bună şi orice laudă, aceea să vă însufleţească!"* (Fil. 4:8).

Cât de des facem noi exact opusul! Ne lăsăm ispitiţi sau influenţaţi de neadevăr, de lucruri necurate sau murdare, de lucruri care nu ni se potrivesc şi care nu ne folosesc la nimic – când, de fapt, lucrurile pozitive sunt vrednice de atenţia şi concentrarea noastră! Şi pentru că obiceiurile bune cer timp şi consecvenţă, înarmaţi-vă cu răbdare şi perseverenţă! Începeţi prin a vă face o listă proprie... Gândiţi-vă la logodnicul sau logodnica voastră şi menţionaţi un lucru adevărat despre partener. Cum şi-a dovedit iubirea şi devotamentul? Care este lucrul vrednic de cinste? Poate că-şi demonstrează integritatea la locul de muncă sau când e vorba de bani... la pe rând fiecare calitate cuprinsă în gândurile lui Pavel şi analizează în lumina ei caracterul şi faptele partenerului tău!

Nu fi linguşitor

Cuvântul englezesc pentru „laudă" are la bază cuvântul latin tradus în româneşte ca „merit", indicând o legătură esenţială între cei doi termeni. Dicţionarul Webster defineşte „lauda" ca pe o „recomandare a meritelor". Avem şi noi o definiţie pentru laudă: „descriere a ceea ce apreciezi". Înainte de a vă oferi câteva idei despre cum vă puteţi aprecia şi lăuda unul pe altul, încă un sfat:

1. Fiţi specifici! Iată exemplele:

- „Îţi mulţumesc mult pentru că de fiecare dată când eşti nevoit să întârzii, îmi dai un telefon!"
- „Îmi place că mă asculţi când îţi spun ce simt."

2. *Descrie, nu compara!*

Comparaţiile nu aduc nimic bun. De exemplu, fereşte-te să-i spui: „Tu eşti mai darnic decât cutare sau cutare!" Ar fi mai de dorit să-i spui: „Apreciez mult spiritul tău darnic!"

Cultivă-ţi simţul umorului

Veselia merge mână în mână cu încurajarea. În viaţă, trecem prin multe experienţe în care fie plângem, fie râdem... Noi ne străduim să alegem a doua variată! Râsul face bine, atât sănătăţii personale, cât şi sănătăţii căsniciei voastre!

Atunci când râdem, suntem mai îngăduitori... Când trecem prin perioade de stres, noi încercăm să exploatăm orice prilej care ne-ar aduce zâmbetul pe buze. Cupluri precum Dan şi Laura ne-au mărturisit cât de distractiv şi relaxant poate fi uneori un animal de casă. Iată ce ne-au povestit cei doi... Treceau şi ei printr-o perioadă foarte stresantă. El studia medicina, ea lucra şi amândoi aveau foarte multe responsabilităţi. După o zi lungă şi obositoare, Laura a ajuns acasă... şi a fost întâmpinată de cele trei pisicuţe ale lor cu cravate la gât! Fusese ideea lui Dan, în încercarea de a schimba puţin atmosfera apăsătoare din casă şi de a readuce puţină veselie între ei. Iar rezultatele nu i-au dezminţit aşteptările!

Toţi trecem, la răstimpuri, prin perioade mai dificile... Dacă ne-am putea lua uneori o „pauză de râs", cum au făcut Dan şi Laura, dacă am renunţa pentru câteva clipe să ne luăm atât de mult în serios, relaţia noastră s-ar menţine pe un teren pozitiv. Lucrurile ar lua o altă turnură!

Cum să-ţi dezvolţi simţul umorului

Dacă nu râdeţi uşor şi natural, iată câteva idei care vă pot ajuta să deveniţi mai joviali.

Nu trebuie să fiţi întotdeauna perfecţi. Nimeni nu este perfect, nici măcar tu... şi cu atât mai puţin partenerul tău! Când sunteţi gata să recunoaşteţi lucrul acesta, vă veţi destinde, râsul vă va fi

mult mai la îndemână şi veţi vedea partea frumoasă a lucrurilor şi a vieţii. Râsul relaxează! Aşadar, dacă aveţi simţul umorului – bucuraţi-vă! Aveţi grijă, însă, că este o diferenţă foarte mică între o glumă bună şi o aluzie glumeaţă, dar cu tentă caustică! Învăţaţi să râdeţi *cu* celălalt şi doar *de voi* înşivă!

Dezvoltaţi-vă simţul umorului. Frigiderul nostru este decorat în exterior cu tot felul de caricaturi şi glume decupate din ziare sau reviste. Încercăm să vedem latura hazlie a situaţiilor, mai cu seamă a celor neplăcute. Recent, eram în aeroportul din Minneapolis, aşteptând să se reprogrameze zborul nostru, care mai fusese amânat deja de două ori! David m-a privit şi mi-a spus: „Nu-i aşa că-i minunat să stai comod într-un fotoliu de avion?!" Apoi ne-am uitat amândoi la pasagerii care tocmai erau anunţaţi că avionul în care urma să ne îmbarcăm avea „probleme tehnice"... Văzând cât de nemulţumiţi erau (pe bună dreptate!), eu am remarcat în treacăt: „Ce să-i faci, asta-i viaţa când eşti bogat şi celebru!" Am izbucnit în râs... Încă o dată, umorul ne scosese cu bine la liman! Dar mai există şi alte surse de umor care ne pot ajuta:

- Glumele din ziare şi reviste;
- Cărţi sau reviste umoristice;
- Conversaţii cu prietenii şi colegii de lucru (Noi scriem glumele cele mai bune într-un carneţel, ca să nu le uităm!);
- Comediile.

Faceţi-vă prieteni distractivi. Dacă amândoi sunteţi mai serioşi din fire, căutaţi să găsiţi un grup de prieteni cu care să râdeţi împreună. La unul dintre seminarele pe care le-am ţinut în Viena, Austria, am întâlnit un cuplu foarte sobru. Amândoi erau cântăreţi de operă, firi introvertite, sensibile şi concentrate. I-am încurajat să-şi apropie nişte prieteni mai joviali şi destinşi, cu care să-şi petreacă timpul liber. Au urmat sfatul nostru şi lucrurile s-au schimbat. Prin umorul noilor prieteni, au descoperit că viaţa are şi alte faţete, au reînvăţat să râdă şi, în consecinţă, şi relaţia lor s-a îmbunătăţit!

Întâlniri în doi

Ne place să spunem că „râsul în căsnicie e o treabă serioasă", aşa că avem grijă să o facem bine! De exemplu, ca să ne distrăm mai mult, încercăm să transformăm orice ieşire într-o întâlnire. De fapt, acest stil a devenit de-acum mai degrabă o „predispoziţie", o „atitudine"... Numim „întâlnire" aproape orice facem împreună. Când eu am fost nevoită să mă internez în spital pentru o operaţie, David a insistat să-şi programeze în fiecare zi o „întâlnire" la patul meu... Eu m-am împotrivit de formă: „Nici gând!", dar n-am avut sorţi de izbândă... Până la urmă, am cedat amândoi câte puţin... Pe de altă parte, avem în fiecare toamnă „întâlnirea" noastră specială la spital, unde ne luăm antigripalul. Deoarece călătorim mult, ni s-a sugerat să ne facem anual acest vaccin. Cum ne putem bucura de aşa ceva?! Foarte simplu! Mergem împreună, ne ţinem unul pe celălalt de mână în timpul injecţiei, iar în drum spre casă ne oprim la cofetăria noastră favorită, care serveşte cea mai bună cafea din oraş! Dacă şi voi aveţi situaţii pe care le puteţi rezolva împreună, daţi-le o notă aparte şi numiţi-le pur şi simplu „întâlniri"! (Dar purtaţi-vă ca atare!)

Acum e rândul vostru

V-am prezentat patru modalităţi de a vă încuraja unul pe altul. V-am provocat să vă uitaţi la calităţile celuilalt, concentrându-vă asupra aspectelor pozitive; să vă apreciaţi sincer; să cultivaţi simţul umorului şi să vă programaţi „întâlniri". Acum e rândul vostru să transpuneţi sfaturile în practică.

Încheiem acest capitol cu o altă provocare: scrieţi-vă unul altuia o scrisoare de încurajare. Aşază-te chiar acum la masă şi scrie-i logodnicului sau logodnicei tale o scrisoare de mulţumire şi încurajare. Accentuează ceea ce apreciezi cel mai mult la el sau la ea. Dacă o pui la poştă sau i-o trimiţi prin e-mail la o adresă de la serviciu, nu uita să menţionezi „PERSONAL" (ca să nu ajungă în altă parte ori să fie deschisă de altcineva din greşeală). Este posibil să primeşti răspuns!

I-am cunoscut pe Rick şi Sophie la unul dintre seminariile noastre *Marriage Alive*. Ne-au mărturisit cât de bucuroşi, şi totuşi frustraţi, au fost când au primit scrisorile. Sophie a recunoscut că au fost „deosebit de încântaţi de ele, dar au sosit într-o zi tare încărcată.

„Amândoi eram ocupaţi la lucru până peste cap, iar cele trei fete ale noastre aveau multe activităţi extra-şcolare. Era rândul meu să le duc cu maşina peste tot... Am decis să nu deschidem plicurile, ci să le păstrăm pentru o altă zi, când puteam fi singuri... După câteva săptămâni, bunicii şi-au invitat nepoţelele să petreacă un sfârşit de săptămână la ei acasă. Am considerat, deci, că e un bun prilej să plecăm şi noi. Am rezervat o cameră la un motel situat într-o zonă muntoasă deosebit de pitorească... şi am reuşit chiar să nu uităm nici de scrisori! În prima seară, după o cină deosebit de romantică, le-am deschis pentru a le «degusta»"... „Din acel moment, totul a decurs nemaipomenit", a adăugat Rick.

Cuvânt de încheiere

Înainte să trecem la ultimul capitol al acestei cărţi şi implicit la ultimul sfat (lăsat la urmă intenţionat, deoarece am considerat că este lucrul cel mai important, o culminare şi îmbinare a tuturor sfaturilor date până acum), am vrea să vă asigurăm că modul cel mai eficient de a vă adânci relaţia, pe lângă toţi paşii practici menţionaţi mai sus, este prin adâncirea relaţiei cu Domnul. „Ca unul care crede că sensul primordial al vieţii lui vine din relaţia cu Dumnezeu, vreau să explorez modul în care căsătoria mă poate aduce mai aproape de Dumnezeu,"[38] scrie Gary Thomas în *Căsătorie sfântă*. Îmi adâncesc relaţia cu Dumnezeu, mă apropii mai mult de El, şi astfel mă apropii mai mult de soţia mea, dând un nou sens căsniciei mele.

Era primăvara anului 1999. Împreună cu Adi, am participat la cu curs de consiliere creştină condus de Selwyn Hughes şi echipa de la Crusade for World Revival. Selwyn subliniază extraordinar care sunt consecinţele apropierii de Dumnezeu precum şi ale neglijării adevărurilor biblice. Dorim să

evidenţiem câteva aspecte care credem că vor transforma modul în care vă veţi raporta unul la celălalt.

Identitatea (noastră), spune Selwyn Hughes, depinde de trei aspecte: sentimentul de a fi iubit necondiţionat, sensul valorii personale şi sentimentul importanţei sau al scopului. Acestea pot fi descrise printr-o aliteraţie: siguranţă, simţul valorii proprii şi semnificaţie. În rândurile următoare le vom dezvolta pe scurt pe fiecare.

Prin *siguranţă* înţeleg acele sentimente pozitive care inundă sufletul omului când ştie că este iubit, iubit necondiţionat. Toţi tânjim după dragoste/iubire, o iubire pe care să nu o pierdem niciodată. Cu cât suntem mai conştienţi de dragostea care ni se oferă, cu atât ne va fi mai uşor să trecem prin viaţă.

Un alt aspect de care are nevoie sufletul nostru pentru a se simţi în siguranţă este *simţul valorii proprii*. Prin acest lucru se înţelege un sentiment al valorii. La prima vedere, ni se pare că nu există mare diferenţă între sentimentul că eşti iubit şi cel al valorii în ochii cuiva. Gândiţi-vă în felul următor: când cineva ne iubeşte, ne simţim măguliţi. Când cineva ne preţuieşte, ne simţim importanţi. Acest sentiment contribuie extraordinar la imaginea noastră despre noi înşine şi ne ajută să ne preţuim.

Semnificaţia este un alt aspect foarte important pentru noi şi aprecierea noastră de sine. Aici mă refer la un sens al scopului sau însemnătăţii. Toate persoanele de pe pământ au un scop. Nu suntem doar meteoriţi în cădere prin Univers care mai apoi se sting la marginea unui câmp gravitaţional. Suntem bărbaţi şi femei făcuţi după chipul şi asemănarea lui Dumnezeu şi care purtăm semnătura Lui în sufletul nostru. Însă singurul mod de a ne înţelege menirea sau a ne îndeplini scopul este prin relaţionarea la Dumnezeu, care ne spune:

> Căci Eu ştiu gândurile pe care le am cu privire la voi, zice Domnul, gânduri de pace şi nu de nenorocire, ca să vă dau un viitor şi o nădejde. (Ier. 29:11)[36]

Atâta vreme cât ne vom căuta împlinirea acestei nevoi adânci în relaţia cu celălalt, vom fi neîmpliniţi, deoarece vom „bea" din

puţuri crăpate. Singurul care ne cunoaşte şi ne poate satisface pe deplin este Domnul. Încurajaţi-vă unul pe altul în cunoaşterea lui Dumnezeu!

Sfatul 9

Pregătiţi-vă pentru un legământ pe viaţă

Deci, ce a împreunat Dumnezeu, omul să nu despartă.
MATEI 19:6

Dar mai presus de toate acestea, îmbrăcaţi-vă cu dragostea, care este legătura desăvârşirii.
COLOSENI 3:14

Acum câţiva ani, ne-am uitat la grădina din spatele casei şi am ajuns amândoi la concluzia că ar fi o idee bună să renunţăm la proiectul iniţial şi, de dragul celor trei băieţi ai noştri, să semănăm doar iarbă. Adi s-a interesat de câteva modalităţi de a mai aduce pământ şi la scurt timp a găsit o variantă destul de bună. Maşina a venit şi, cu ajutorul roabei, s-au pus în spate încă trei straturi de pământ. Apoi am semănat iarba. Spre bucuria băieţilor noştri, în vara aceea au avut un gazon frumos, dar responsabilitatea lor era să-l întreţină.

A venit toamna, apoi iarna. În martie, stăteam la geamul de la bucătărie şi mă uitam afară în grădină. Iarba răsărea frumos peste tot, mai puţin pe un petic de pământ din partea stângă, deşi trecuse un an de la aşezarea celor trei straturi de pământ, chiar dacă pe ici pe colo se zăreau câteva firicele de iarbă de altă culoare. M-am întors spre Adi, care stătea la masă şi l-am întrebat: „Acolo a fost fundaţia terenului de joacă al copiilor foştilor proprietari ai casei?" Uitându-se pe geam, mi-a răspuns afirmativ. Fantastic! Nu ne venea să credem. Trecuseră mai bine de zece ani de când acea fundaţie fusese turnată. Mai mult, deoarece era turnată

destul de adânc în pământ, Adi a considerat că ar fi fost prea greu să o scoată. Pe lângă asta, a crezut că straturile adiţionale de pământ o vor „acoperi" şi iarba va creşte neafectată.

Unul dintre secretele familiei este să ştii cum să clădeşti, cum să începi. Toţi îşi doresc să înceapă bine, dar trebuie să ai grijă şi cum clădeşti. În momentul în care intraţi în căsătorie, este la latitudinea voastră cum clădiţi. Tot ce clădiţi acum, va fi bine clădit. Tot ce curăţaţi acum, va fi curăţat. Nimic din ce lăsaţi între voi acum nu va dispărea de la sine. Dimpotrivă, va crea divergenţe şi crăpături şi dacă astăzi vezi o crăpătură în perete şi nu ai grijă de ea, mâine ea se va lărgi. Nu se va închide de la sine, nu se va rezolva singură. Căsătoria presupune un efort din partea ambilor parteneri.

Trei principii de bază ale căsniciei

La baza căsniciilor noastre se află un verset scris cu mii şi mii de ani în urmă la începutul primei cărţi a Vechiului Testament, unde citim: „De aceea, va lăsa omul pe tatăl său şi pe mama sa, se va lipi de nevasta sa şi se vor face un singur trup" (Gen. 2:24). La început, Dumnezeu a creat căsătoria şi a văzut că era foarte bună. Din acest pasaj am extras trei principii care ne-au ajutat să avem o căsnicie sănătoasă şi roditoare. Cele trei principii care au dat rezultate în cazul nostru se bazează pe cele trei verbe din acest verset: a lăsa, a se lipi şi a deveni un singur trup.

Importanţa acestui pasaj este evidenţiată şi în Noul Testament, atunci când Isus Cristos ne aminteşte că Dumnezeu a creat omul după chipul şi asemănarea Lui, parte bărbătească şi parte femeiască... Aşadar, am fost creaţi să ne completăm unii pe alţii şi să reflectăm chipul lui Dumnezeu; şi în acest context ni se spune să părăsim, să ne alipim şi să devenim un singur trup (vezi Mt. 19:5 şi Mc. 10:7). Am luat foarte în serios aceste trei principii şi la fel vă îndemnăm să faceţi şi voi! Suntem convinşi că ele stau la baza unei căsnicii sănătoase, pline de iubire şi roditoare. Să le analizăm pe rând.

Părăsirea

Angajamentul de a părăsi: „...va lăsa omul pe tatăl său şi pe mama sa..." Principiul acesta are în vedere procesul ieşirii din familia de proveniență, pentru a-ţi forma propria familie nouă. Imediat ce auzim aceste cuvinte, ne gândim la despărţirea fizică, dar aici nu e vorba doar de atât, ci este inclusă şi atitudinea de rearanjare a priorităţilor şi de reorientare a obligaţiilor şi a legămintelor dinspre părinţi spre partener. Lucrurile devin cu adevărat complicate atunci când cei doi locuiesc şi după căsătorie cu părinţii, în aceeaşi casă sau în apropierea lor.

La unul dintre seminarele noastre premaritale la care au participat cupluri logodite sau care plănuiau să se căsătorească, am discutat cu Beni şi Lavinia despre situaţia lor: urmau să se căsătorească în curând şi plănuiseră să locuiască în primul an la părinţii lui. Beni era în ultimul an de facultate şi soluţia aceasta ar fi fost cea mai avantajoasă financiar. Care era însă părerea Laviniei? Deşi ne-a mărturisit că îi admira pe părinţii viitorului ei soţ, am simţit totuşi o reţinere. Un lucru era clar pentru Beni: urma să fie destul de greu să-şi „lase" părinţii, câtă vreme trebuia să locuiască sub acelaşi acoperiş cu ei!

Care a fost sfatul nostru pentru ei? Să-şi revizuiască bugetul şi să-şi găsească un apartament de închiriat în apropierea facultăţii. Ne dăm seama că uneori este posibil ca mai multe familii sau generaţii să fie nevoite să locuiască laolaltă din cauza resurselor financiare limitate; în aceste condiţii, procesul de părăsire implică mai mult decât o separare – este o problemă de accent, de concentrare asupra celuilalt, care înseamnă trecerea tuturor celorlalţi din jur într-un plan secund. Este posibil ca Beni şi Lavinia să descopere că lucrul acesta e mult mai greu câtă vreme locuiesc cu părinţii!

Primii doi ani de căsnicie, noi, familia Arp, i-am petrecut în Germania, în cadrul armatei SUA. Prin urmare, eram la mii de kilometri de familiile noastre şi, chiar dacă ţineam mult la ei, am beneficiat la maxim de timpul petrecut departe de ei. Am avut astfel şansa de a ne rezolva singuri problemele şi de a ne dezvolta propriul stil conjugal.

Eu (Adi) am fost ultimul băiat din familie. Mama mea m-a iubit foarte mult şi s-a ataşat extrem de mult de mine şi de ideea că eu nu voi pleca niciodată din casa părintească. Bineînţeles, dorea ca eu să mă căsătoresc, dar voia să-mi aduc soţia cu mine şi cu ei. Plecarea mea în SUA a făcut ca despărţirea de ei să se realizeze în etape. Primii 4 ani de căsnicie i-am petrecut departe de familie, doar noi doi şi mai apoi cu Andi, primul nostru băiat. Cu toate greutăţile îndurate, nu am da pentru nimic anii aceia în care noi doi ne-am putut clădi căsnicia şi fiecare a pus umărul la consolidarea ei.

Călin şi Adriana n-au fost la fel de norocoşi... Au ajuns la noi pe „ultima sută de metri", să ne ceară un sfat care să-i ajute să-şi salveze căsnicia. Şi, din ceea ce ne-au spus, a reieşit clar că încălcaseră primul principiu fundamental – cel al părăsirii, al ieşirii de sub influenţa părinţilor. Călin era atât de ataşat de părinţii lui, încât Adriana era convinsă că el ţinea mai mult la ei decât la ea. Când se punea problema unde să-şi petreacă timpul liber sau sărbătorile, Călin alegea familia lui, fără să se gândească la nevoile şi sentimentele Adrianei. Mai mult, Călin începuse să clădească alte relaţii care nu o includeau deloc pe Adriana. Nici măcar apariţia primului lor copil nu a schimbat mult situaţia. Toate celelalte relaţii aveau mai multă însemnătate pentru Călin decât relaţia lui cu Adriana, şi el nu părea deloc dornic să se schimbe. Din nefericire, au ajuns la divorţ!

Gândiţi-vă acum puţin la viitorul vostru în doi. Înţelegeţi voi să puneţi deoparte, ca fiind mai puţin importante, anumite lucruri sau persoane, pentru a face din partenerul vostru prioritatea numărul unu? Ce loc ocupă serviciul? Cât timp acordaţi prietenilor sau televizorului? Eşti microbist? Sau poate practici tu însuţi un sport? Nu cumva v-aţi supraaglomerat programul cu obligaţii extrafamiliale sau te-ai implicat în mult prea multe activităţi sociale?! Înainte de nuntă e oarecum mai uşor să spui „nu" şi să petreci timp cu persoana iubită, însă după aceea te vezi implicat într-un adevărat joc al preferinţelor.

Înainte să apară sentimentul copleşitor de vinovăţie, trebuie să recunoaştem că relaţia noastră din cadrul căsniciei trebuie să fie pe primul loc, mai ales în vremuri ca acestea, când nu ne mai

ajunge timpul pentru tot ce ne-am propus să facem. Viaţa este o problemă delicată de echilibru. Putem controla anumite lucruri, pe altele doar le „driblăm"... Răspundeţi la următoarea întrebare: Dacă dau la o parte una după alta „cojile" activităţilor sau ale angajamentelor mele, ce găsesc dedesubt? Ce e la mijloc?! Cât timp petrecem împreună, şi cum?

Acum, gândiţi-vă la propria voastră relaţie. Cât de creativi sunteţi când e vorba să puneţi totul pe planul doi şi să vă concentraţi asupra partenerului? Alegerea vă aparţine! Fără ea, nu puteţi avea o fundaţie solidă pentru căsnicia voastră.

Alipirea

Angajamentul de a te alipi: „...şi se va lipi de nevasta sa..." Trăirea împreună reprezintă un legământ care trece dincolo de simpla convieţuire. Scott Stanley[37], prietenul nostru specialist în domeniul relaţiilor matrimoniale, vorbeşte în cartea sa despre diferenţa dintre a te lipi, a fi una la bine şi la rău, pe de o parte, şi faptul de a te agăţa, de a te înţepeni, ca într-o capcană din care nu mai ai scăpare. Atunci când alegi să te faci una cu celălalt, mergi dincolo de simpla „lipeală" şi te angajezi să contribui la aprofundarea intimităţii dintre voi, devenind acea persoană pe care partenerul se poate bizui întotdeauna şi cu care poate împărtăşi lucrurile cele mai adânci sau ascunse. Nimeni nu se poate mulţumi cu o căsnicie mediocră, iar „alipirea" solicită jertfă. Ea necesită să vă gândiţi la celălalt şi să fiţi întotdeauna gata să vă slujiţi reciproc.

Alipirea implică o ţintă comună şi obiective care vă apropie. Adesea folosim metafora jugului în descrierea unei căsnicii. Pentru unii, ea înseamnă ceva înjositor, care li se aplică doar animalelor. Nicidecum, ci este o metaforă care poate explica mult mai bine ceea ce dorim să subliniem. Din punct de vedere practic, jugul este un cadru de lemn care se pune la gâtul animalelor când trag la căruţă sau plug. Cristos, Domnul, face referire la jugul Lui şi ne cheamă să-l purtăm şi noi. El spune: „Luaţi jugul Meu asupra voastră şi învăţaţi de la Mine, căci Eu sunt blând şi smerit cu inima; şi veţi găsi odihnă pentru sufletele voastre." (Mt. 11:29).

Din punctul de vedere al căsniciei, jugul implică să înveţi să tragi în aceaşi direcţie cu celălalt şi cu aceeaşi intensitate. Jugul căsniciei implică ca şi soţul şi soţia să aibă acelaşi ţel, aceeaşi ţintă în viaţă şi să înveţe fiecare să simtă cu celălalt. În acest context, Apostolul Pavel, când face referire la căsătorie, scrie următoarele: „Nu vă înjugaţi la un jug nepotrivit cu cei necredincioşi. Căci ce legătură este între neprihănire şi fărădelege? Sau cum poate sta împreună lumina cu întunericul?" (2 Cor. 6:14). Cu alte cuvinte, atunci când te căsătoreşti cu cineva care nu are aceeaşi ţintă în viaţă, cum crezi că vei putea merge înainte? Dacă tu spui că-L urmezi pe Cristos şi viitoarea ta soţie nu are acelaşi ţel, cum crezi că veţi putea merge înainte? Deseori în aceste condiţii, ori unul cedează, ori se frânge jugul!

Dar să facem încă un pas. Să vă alipiţi mai înseamnă şi să vă fiţi unul altuia prietenul cel mai bun. Ce faceţi ca să vă consolidaţi prietenia cu partenerul? Aveţi aceleaşi interese şi pasiuni? Într-o căsnicie sănătoasă, fiecare dintre cei doi va căuta adesea noi moduri prin care să se apropie şi mai tare de celălalt.

În căsniciile noastre nu există stagnare. Dimpotrivă, ele sunt într-o continuă schimbare: fie înfloresc, fie pălesc. Când neglijăm principiul alipirii şi dacă uităm să mai lucrăm la relaţia noastră, intervine repede plictiseala. Ne lăsăm copleşiţi şi de-a dreptul înghiţiţi de diverse activităţi şi, fiind prea ocupaţi, nu mai avem timp şi energie pentru relaţia noastră.

Statisticile spun că principalul motiv de divorţ este lipsa de implicare activă în viaţa conjugală. Din propriile analize şi cercetări am ajuns la concluzia că motivul principal pentru care cei doi nu se implică prea serios în căsnicia lor este lipsa de timp, sau pretinsa criză de timp.

Un al doilea motiv ar fi că soţii au ajuns să se plictisească unul de celălalt, şi atunci îşi umplu timpul cu tot felul de alte activităţi, sau stau mai mult la serviciu – şi aşa ajung să fie prinşi într-un cerc vicios, pentru că asta nu le permite să investească în căsnicie. Tu cum alegi să-ţi foloseşti timpul? Alegerile pe care vei ajunge să le faci pe măsură ce vei citi această carte te vor ajuta să-ţi învingi plictiseala şi să clădeşti o relaţie îmbogăţită şi împlinitoare.

Gândiţi-vă care sunt lucrurile care vă determină să petreceţi timp împreună. Pe acestea trebuie să vă impuneţi să le faceţi cât mai des posibil! Acum, gândiţi-vă la cele care vă separă. Pe acestea trebuie să învăţaţi să le evitaţi.

Observând că în momentele cele mai stresante avem tendinţa să reacţionăm greşit, noi, familia Arp, am decis să fim foarte atenţi să nu ne supraîncărcăm orarul şi totodată să nu ne asumăm angajamente noi în paralel cu cele deja existente.

Un singur trup

Angajamentul de a deveni una: „...şi se vor face un singur trup." Nu ni se cere doar să ieşim dintr-un mediu, nici doar să ne alipim de partener, ci şi să devenim un singur trup. Pare de înţeles să ai probleme cu părăsirea şi cu alipirea, dar poate că nu vă vine să credeţi că e la fel de dificil şi cu al treilea principiu! Unirea sexuală nu e pe-atât de simplă pe cât cred unii!

Am discutat mult cu tineri logodiţi sau proaspăt căsătoriţi care erau convinşi că o relaţie sexuală sănătoasă e o consecinţă normală, că „se întâmplă natural"... Şi poate că aşa este, cel puţin câtă vreme cei doi sunt în focul pasiunii dintâi... Dar, după ce (mai devreme sau mai târziu) viaţa conjugală „intră în matcă", flacăra primei iubiri începe să scadă. Şi totuşi, nu-i obligatoriu să se întâmple asta, dacă luăm în serios dezideratul de a deveni una! Aşa cum am văzut deja în această carte, actul sexual este un dar de la Dumnezeu. El ne-a creat parte bărbătească şi parte feminină şi a pus în noi o dorinţă aprinsă după intimitate, care să ajungă la împlinire în contextul căsătoriei. Avem binecuvântarea Lui să urmărim pasiunea iubirii. Şi nu doar pentru o scurtă vreme – sexualitatea este un dar de care ne putem bucura în toţi anii căsniciei!

Unitatea în cadrul căsătoriei ne oferă de asemenea imaginea a două fiinţe care se unesc într-un parteneriat sacru – crescând în dragostea reciprocă şi bucurându-se deplin unul de celălalt. La fel cum fiecare durere, problemă, insultă, necredincioşie sau lipsă de interes faţă de celălalt va avea un impact asupra relaţiei voastre, tot aşa, prin contrast, orice bucurie, compliment,

consecvenţă, ajutor la vremea potrivită, succes şi binecuvântare se va reflecta în căsnicia pe care v-o doriţi.

Cele trei laturi ale dragostei

Am găsit aceste principii maritale fundamentale în scrierile Vechiului Testament, însă ele sunt afirmate şi de alţi specialişti în domeniu. Profesorul Robert J. Sternberg[38] de la Facultatea de Psihologie şi Educaţie a Universităţii Yale din Statele Unite ale Americii promovează în scrierile sale o teorie interesantă despre dragoste şi modul în care este ea exprimată. El redă dragostea printr-un triunghi, dar nu având câte o persoană la cele trei vârfuri, ci unul ale cărui laturi sunt dedicarea (la noi, părăsirea), intimitatea (la noi, alipirea) şi pasiunea (la noi, contopirea). Să ne uităm mai îndeaproape la ce spune el:

Dedicarea (părăsirea). Dedicarea este partea cognitivă a dragostei. Nivelul dedicării este minim la începutul relaţiei, dar se dezvoltă pe măsură ce partenerii se cunosc mai bine. Sternberg spune că dedicarea este, în primul rând, o-decizie-pe-termen-scurt: de a iubi o anumită persoană; iar în al doilea rând, o-decizie-pe-termen-lung: de a menţine acea iubire. Dedicarea este unul dintre elementele care, din nefericire, lipseşte aproape cu desăvârşire în prea multe dintre căsniciile de astăzi!

Intimitatea (alipirea). Intimitatea este aspectul emoţional al triunghiului. Ea include apropierea şi comunicarea în căsnicie: conversaţiile intime între cei doi, împărtăşirea celor mai adânci sentimente şi sprijinul necondiţionat pe care cei doi şi-l oferă unul altuia. Intimitatea se dezvoltă în timp, lent şi fără mare tam-tam; fiecare dintre parteneri devine prietenul cel mai bun şi confidentul celuilalt.

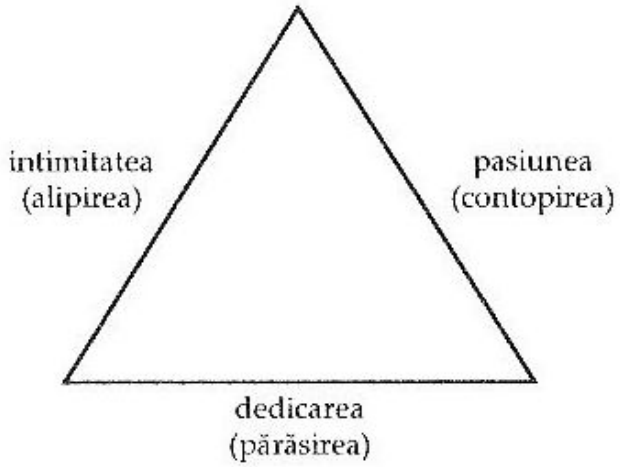
Pasiunea (contopirea). Pasiunea este ceea ce ne motivează în dragoste. Este dorinţa aprinsă de a te uni fizic cu persoana pe care o iubeşti. Spre deosebire de intimitate, pasiunea se dezvoltă rapid. Aşa cum vedem adesea în filme, pasiunea se aprinde

dintr-odată, ca un sentiment mistuitor, fierbinte... Nici măcar nu ajungi să cunoşti bine persoana faţă de care eşti cuprins de pasiune! În viaţa conjugală reală însă, în ce priveşte pasiunea, suntem când sus, când jos, când în punctul zero!... Asta fără să însemne că a dispărut, ci doar că trebuie să facem un efort pentru a o reactiva şi chiar pentru a o întreţine.

Triunghiul bine echilibrat

Faceţi acum o pauză şi uitaţi-vă cu atenţie la relaţia voastră. Dacă vă doriţi o căsnicie sănătoasă, vă îndemnăm să puneţi la baza ei aceste trei elemente: părăsirea (dedicarea), alipirea (intimitatea) şi contopirea (pasiunea). Uitaţi-vă cu atenţie la triunghiul de mai jos:

Cum puteţi menţine echilibrul?



Experienţa noastră ne-a arătat că relaţia de căsătorie e într-o continuă schimbare. Lucrurile care au fost importante pe termen scurt, mai ales la început (atracţia fizică, pasiunea şi serile romantice), nu sunt atât de importante şi pe termen lung. Aspectele pe care la început le-aţi considerat plăcute pot ajunge să vă macine. Trebuie deci să fim întotdeauna gata să ne transformăm şi să ne adaptăm la celălalt, să ne iertăm reciproc şi să ajungem la o dragoste matură şi durabilă.

În urma studiului său, profesorul Sternberg a descoperit că,

de fapt, ceea ce tinde să aibă o importanţă mai accentuată, pe măsura trecerii timpului, este dorinţa de a ne schimba în acord cu celălalt şi de a ne tolera reciproc ciudăţeniile.

După aproape 40 de ani de căsătorie, am învăţat că nu ne putem schimba unul pe altul, ci doar fiecare pe sine. Trebuie să reamintim un lucru interesant şi important: atunci când unul dintre noi se schimbă, şi celălalt are tendinţa să se transforme!

Cercetările au demonstrat că, în timp, ceea ce ia amploare şi creşte în importanţă este împărtăşirea aceluiaşi set de valori, mai ales religioase. Aspectele care, dimpotrivă, au tendinţa de a se diminua odată cu trecerea timpului (lucru deloc încurajator) sunt abilitatea de a comunica eficient, atracţia fizică, momentele plăcute petrecute în compania celuilalt, capacitatea de a-l asculta pe celălalt, respectul reciproc şi iubirea romantică.

Dar nu este obligatoriu ca asta să se-ntâmple şi-n cazul vostru, mai ales dacă vă menţineţi dorinţa de a clădi pe o fundaţie solidă! Simpla dedicare de a citi această carte este un indiciu că vă doriţi mai mult.

Deseori ştim, asimilăm ceva la nivel cognitiv, dar nu lăsăm acel lucru să penetreze fiinţa noastră. De aceea considerăm că este important să ne uităm la modelul de căsătorie pe care ni-l prezintă Biblia şi la principiile pe care le-am dezvoltat mai sus.

Dar haideţi să mai facem un pas şi să vorbim la modul specific: Personal, care este modelul vostru? Ce vă doriţi voi de la căsnicia voastră? Probabil te uiţi la părinţi, sau la altcineva apropiat cum ar fi bunicii, unchii sau mătuşile tale. Însă indiferent în ce condiţii ai crescut, inevitabil anumite lucruri sau obiceiuri sunt preluate şi îţi spui (conştient sau inconştient): „Acestea vreau să le fac şi eu"; şi sunt altele pe care eşti sigur că nu doreşti să le faci, în mod special anumite greşeli pe care nu vrei să le repeţi. De exemplu, dacă ai avut experienţe negative în familie cu un tată sau o mamă care a fost alcoolică, acest lucru probabil a creat o repulsie în tine şi nu mai doreşti nici măcar să vezi sticle cu băutură pe o rază de un kilometru în jurul tău, ca să nu mai vorbim de casa ta, unde eşti sigur sau sigură că nu îţi doreşti să vezi niciodată vreo sticlă cu băutură. Ce se întâmplă dacă te căsătoreşti cu cineva în a cărui familie s-a servit băutură

la ocazii speciale? Nu, nu are probleme cu alcoolul, dar nu are probleme nici când trebuie să spună „nu" la un pahar cu vin. Ce model adopţi? Modelul tău, adică, „zero alcool", sau al celuilalt?

Observaţi următoarele: Chiar dacă vii tu cu un model, vii doar cu jumătate din ecuaţie. Celălalt vine cu modelul lui sau al ei. Şi atunci, trăind într-o perioadă numită de filozofi perioada postmodernă, caracterizată de relativitate. În lipsa unui adevăr absolut, valorile familiale tradiţionale sunt sub un atac continuu. Ca să mergem şi mai departe, am putea spune că ceea ce este adevăr pentru o anumită persoană nu este neaparat considerat adevăr pentru o alta. Sau, nu toată lumea consideră că trebuie să spună adevărul în orice situaţie. Acum, în cazul nostru, putem spune că simţim influenţele postmodernismului în fiecare zi. Cum?

Poate influenţa cea mai vizibilă este percepută tot la nivelul cognitiv. Suntem încurajaţi să ne căutăm fericirea şi împlinirea proprie. Întrebare: Este greşit să doreşti să fii fericit/este rău să îţi urmăreşti fericirea în viaţă? Dar ce înseamnă să fii fericit? Corect pentru mine poate fi incorect pentru celălalt. Urmăreşte fericirea, nefiind legat de nimic altceva decât de împlinirea ta ca persoană. Oare este răspunsul strâns legat de imaginile pe care ni le prezintă societatea sau există o mare discrepanţă între ceea ce Biblia numeşte fericire şi ceea ce lumea consideră fericire, o fericire necondiţionată de nimic altceva decât de împlinirea ta? În *Căsnicie sfântă*, Gary Thomas ne atrage atenţia:

> „Dacă scopul căsătoriei nu ar fi decât să mă bucur de o stare de extaz şi de a mă face «fericit», atunci ar trebui să-mi fac rost de o căsnicie «nouă» la fiecare doi sau trei ani. Însă dacă doresc cu adevărat să-L văd pe Dumnezeu transformându-mă lăuntric, ar trebui să mă concentrez mai degrabă asupra schimbării propriei persoane şi nu a soţiei. De fapt, aş putea spune chiar că şansele ca eu să cresc sunt cu atât mai mici cu cât soţia mea se dovedeşte mai dificilă. După cum exerciţiul fizic trebuie să fie într-o anumită măsură obositor, la fel, s-ar putea să fie nevoie ca «exerciţiul relaţional» să fie solicitant, pentru a pune cu adevărat inima la încercare."[39]

Provocarea lui Gary Thomas merge mai departe atunci când pune următoarea întrebare: „Dacă Dumnezeu a proiectat căsătoria mai degrabă pentru a ne face sfinţi decât pentru a ne face fericiţi?"[40] „Fiţi sfinţi, căci Eu Sunt Sfânt" zice Dumnezeu (1 Petru 1:16). Nicăieri în Scriptură nu găsim fericirea personală prezentată ca pe un scop în sine – ci doar ca o stare care vine în urma unei trăiri curate în relaţia cu Creatorul nostru.

Revenind la modelul de căsnicie, se pune întrebarea: Ce soluţie adopţi tu şi ce soluţie adoptă cel de lângă tine în faţa acestor alegeri? Care este soluţia cu care porniţi la drum? Este, în acest sens, Biblia modelul nostru? Suntem gata să ne lăsăm influenţaţi de ea în gândirea şi trăirea noastră, în comportamentul nostru de zi cu zi?

„La început, Dumnezeu..." Înainte să fim noi, a fost Dumnezeu. El a proiectat şi a creat omul prin Cuvânt, după chipul şi asemănarea lui Dumnezeu, mai bine zis, al Trinităţii. Sunt trei Persoane care relaţionează, iar Adam şi Eva sunt creaţi după chipul şi asemănarea acestei Trinităţi. Ce ne spune nouă acest lucru? Că avem nevoie de relaţii. Există această dependenţă între Dumnezeu-Creatorul şi creaţie, şi modul în care creaţia îşi păstrează vitalitatea este prin relaţionare. De ce? Deoarece atunci când citim că suntem creaţi după chipul şi asemănarea Lui, ne uităm să vedem cum este Dumnezeu.

Uitaţi-vă împreună la cine este Dumnezeu şi la modul în care Se relaţionează ca Tată, Fiu şi Duh Sfânt. Dacă standardul vostru este cel de sus şi ochii îţi sunt aţintiţi asupra Trinităţii, atunci drumul tău, al vostru, va tinde să meargă în sus. Nu suntem perfecţi şi greşim adesea, dar dacă ochii noştri sunt aţintiţi asupra idealului, asupra standardului maxim, vreau să vă spun că nimic din ce este aici jos nu ne va mulţumi. Când Adam şi Eva au fost creaţi şi puşi împreună, au avut oportunitatea extraordinară de a fi o imagine a divinităţii pe pământ, a relaţionării din Trinitate, ceea ce înseamnă Dumnezeire în locurile preaînalte reflectată în creaţie.

Mai mult, Apostolul Pavel ne ajută să descoperim realitatea divină despre căsătorie. Ea a fost invenţia lui Dumnezeu. Este imaginea pe pământ a ceea ce a fost pecetluit din veşnicii – şi

anume relația dintre Cristos și Biserică. Biserica, trupul lui Cristos, este formată din toți cei care sunt în Cristos (Gal. 3:28). Biserica este un organism viu prin care Duhul lui Cristos trăiește. Cu alte cuvinte, căsnicia dintre bărbat și femeie a avut un scop bine definit și este în primul rând o reflectare a relației lui Cristos cu Biserica. Soțul este numit cap, după imaginea lui Cristos, capul trupului, iar soția este trupul care este chemat la supunere, tot așa cum Biserica este trupul lui Cristos și Îi este supusă. Dumnezeu l-a făcut pe om după chipul și asemănarea Lui, iar apoi a făcut căsătoria după chipul și asemănarea relației Lui cu toți cei ce sunt ai Lui.[41]

În acest punct apare o întrebare interesantă. „Ce se întâmplă dacă nu te căsătorești niciodată?" Înainte de a ne căsători, ar trebui să fim împliniți în Cristos. Ești împlinit în Cristos? Ești împlinită în Cristos? De ce te căsătorești? Ca să fii o împlinire pentru celălalt. Dar oare ce-ți spune inima, ce-ți spune mintea ta? Oare ce ne spunem? O slujesc, dar mai bine să mă slujească ea pe mine mai întâi, fiindcă atunci o pot sluji mai bine? Observați cum dintr-odată, în mintea noastră apar două sisteme de valori, complet opuse. Pe de-o parte, mesajul societății din jurul nostru: „Urmărește-ți binele și nu fi prost, nu te lăsa călcat în picioare. Agață-te de viață și trăiește-o din plin așa cum îți place". Pe de altă parte, Dumnezeu spune: „Te-am creat pentru o relație cu Mine", dar în acest context, în cadrul unei căsătorii, vreau să-ți dăruiesc ceva în plus, oportunitatea de a trăi alături de cineva și de a fi nu numai un ajutor potrivit (temporar vorbind, deoarece în cer nu vom mai fi căsătoriți, doar pentru câte zile vom avea pe acest pământ), ci și o reflectare a Trinității.

Este deosebit de important de observat aici că până și studiile seculare arată că dacă nu ești mulțumit de tine însuți înainte de căsătorie, un certificat nu te va transforma radical. Din nefericire, la scurt timp după căsnicie revii la starea în care ai fost înainte de căsătorie.[42]

Dar să revenim la întrebarea: „Ce înseamnă dacă nu te căsătorești niciodată?" Cel mai potrivit răspuns pe care l-am găsit este cel oferit de John Piper. El spune:

> Dumnezeu le promite binecuvântări extraordinare celor care sunt ai lui Cristos şi care rămân necăsătoriţi; mai mult, a rămâne singur, reprezintă o chemare extraordinară în această viaţă. A fi al lui Cristos şi a rămâne necăsătorit nu înseamnă a face parte dintr-o clasă inferioară în familia lui Dumnezeu, ci e un mod de preamărire a lui Cristos printr-o trăire în credincioşie faţă de El, şi la acest lucru sunt chemaţi mulţi.[43]

Scopul nostru final este acela de a-I da slavă lui Dumnezeu (vezi Is. 43:7). Suntem creaţi spre gloria şi lauda numelui Său. Prin urmare, scopul final al căsătoriei noastre este tot acela de a-I da slavă lui Dumnezeu. Deşi suntem coroana creaţiunii, accentul cade pe Dumnezeu. Nu este vorba despre mine şi nu este vorba despre noi, ci despre El. Cum? Trăindu-ne viaţa după principiile Lui, atât ca indivizi, cât şi ca soţ şi soţie. Devenind roditori şi împlinind poruncile Lui. Reflectând prin căsnicia noastră tot mai mult misterul relaţiei dintre Cristos şi Biserică, iubindu-ne cu o dragoste necondiţionată, (vezi 1 Cor. 13). Dorind să fim mai sfinţi şi nu mai fericiţi. În măsura în care lăsăm ca aceste lucruri să se împlinească în viaţa noastră, dăm slavă numelui Lui şi ne împlinim menirea. Dacă ne uităm la Isus Cristos, El le-a împlinit pe amândouă. A iubit şi S-a supus voii Tatălui şi Şi-a dat viaţa. Ceea ce Cristos a împlinit în viaţa Lui, ne cheamă şi pe noi să facem, ca să fim o reflectare a Lui, a ceea ce înseamnă divinitate.

Anexă

Sfaturi pentru organizarea nunţii

Anul trecut am fost invitaţi să fim gazdele unei emisiuni de radio. Emisiunea se intitula: „Ziua nunţii: Între marea aşteptare şi începutul unui drum de epuizare". Suntem siguri că fiecare îşi doreşte ca nunta să fie o încununare cu succes a lunilor de pregătire şi nu începutul unui drum epuizant. Sfaturile care urmează sunt menite să vă ajute la aceasta.

Lista de activităţi

Vă prezentăm mai jos o listă cu diverse activităţi care trebuie planificate şi programate din timp.

Cu cel puţin 10-12 luni înainte de nuntă (mai ales dacă nunta va fi la restaurant în oraş)

- ❑ Discutaţi opţiunile pentru sală/costuri şi resursele voastre;
- ❑ Decideţi unde va avea loc masa (şi chiar meniul care va fi servit la masă);
- ❑ Faceţi-vă programare la biserica unde va avea loc nunta;
- ❑ Contactaţi fotograful şi cameramanul – semnaţi un contract (sau un precontract);

- ❑ Faceţi o listă a cântărilor pe care doriţi să le auziţi la nunta voastră;
- ❑ Contactaţi grupul/grupurile muzicale pe care doriţi să le invitaţi – semnaţi un contract (sau un precontract);
- ❑ Participaţi la un curs sau seminar de consiliere premaritală.

Cu 6-8 luni înainte de nuntă

- ❑ Mireasa: rochia (cumpărat/închiriat);
- ❑ Contactaţi sau discutaţi cu o persoană care face aranjamente florale;
- ❑ Luna de miere: unde doriţi să o petreceţi? Căutaţi opţiunile cele mai favorabile sau de dorit pentru voi doi;
- ❑ Alegeţi-vă verighetele.

Cu 4 luni înainte de nuntă

- ❑ Comandaţi invitaţiile de nuntă. IMPORTANT! Dacă doriţi, puneţi o notiţă prin care să cereţi confirmarea participării la evenimentul vostru special.
- ❑ Mireasa: rochii sau costume pentru domnişoarele de onoare
- ❑ Mirele: costume pentru cavalerii de onoare;
- ❑ Verificaţi valabilitatea paşapoartelor voastre în cazul în care doriţi să mergeţi în afara ţării în luna de miere.

Cu 4-6 luni înainte de nuntă

- ❑ Finalizaţi lista cu invitaţii la nuntă;
- ❑ Sunt gata invitaţiile? Aveţi numele complet al invitaţilor?
- ❑ Alegeţi-vă forma sau modelul dorit pentru tortul miresei şi contactaţi cofetăria sau cofetăreasa respectivă. Nu uitaţi să luaţi un număr de telefon!
- ❑ Faceţi-vă programare la Starea civilă;
- ❑ Contactaţi (dacă doriţi) o firmă care să se ocupe de împodobirea sălii;
- ❑ Contactaţi fotograful şi cameramanul – verificarea termenilor contractuali.

Cu 1 lună înainte de nuntă

- ❑ Cumpăraţi sau faceţi mici cadouri (atenţii) pentru cei care vă vor ajuta la organizarea nunţii voastre;
- ❑ Faceţi-vă programări la coafor/frizerie;
- ❑ Dacă doriţi, faceţi un program scris al ceremoniei din biserică şi imprimaţi-l pentru a fi împărţit celor prezenţi în sală. Gândiţi-vă şi numiţi 1-2 prieteni care să împartă la uşă aceste programe;
- ❑ Faceţi o listă cu cele necesare pentru masă (dacă e cazul);
- ❑ Delegaţi persoanele care vă vor ajuta. Daţi fiecăruia o listă clară, concisă, cu ceea ce îi rugaţi să facă. Nu uitaţi să aveţi întotdeauna la îndemână numerele lor de telefon!

Cu 1 săptămână înainte de nuntă

- ❑ Mireasa: încearcă rochia încă o dată; întreabă domnişoarele de onoare dacă le vin bine rochiile (IMPORTANT! Pune-ţi întrebarea dacă eşti mulţumită, ca mireasă, de rochiile în care vor fi îmbrăcate domnişoarele de onoare şi nu uita că ele vor fi lângă tine în multe poze, poze pe care le vei vedea o viaţă întreagă);
- ❑ Mirele: încearcă costumul; întreabă cavalerii de onoare dacă le vin bine costumele;
- ❑ Sunaţi firma care se ocupă cu aranjarea/împodobirea sălii de mese. Discutaţi ultimele detalii;
- ❑ Faceţi un tabel cu aşezarea invitaţilor la mese;
- ❑ Faceţi o listă scrisă pentru fotograf cu pozele pe care doriţi să le facă. Daţi-o fotografului în momentul în care începe să vă fotografieze;
- ❑ Contactaţi fotograful, cameramanul, grupul muzical, florăria, cofetăria;
- ❑ Verificaţi ce mai trebuie cumpărat pentru masă.

Din experienţa noastră

Dintre toate aspectele menţionate în lista de mai sus, am sublinia două aspecte care pentru noi au fost de mare ajutor.

Ne amintim şi acum momentul în care am discutat cu fotograful ora la care să vină pentru poze. A fost puţin îngrijorat, deoarece avea doar două ore la dispoziţie. Când a intrat în sală, i l-am prezentat pe cumnatul meu, care avea lista cu pozele pe care doream să le facem, aranjate în ordinea priorităţilor (de exemplu, mireasa cu mirele, mireasa singură, mireasa cu mama, mireasa cu mama şi sora etc.). Tot procesul a durat mai puţin de două ore. Fotograful a fost atât de mirat şi de plăcut surprins, încât ne-a adus pozele gata făcute la masă! Au trecut ani buni de atunci şi în mod sigur voi nu veţi fi „premiaţi" la fel, însă tot procesul va decurge mult mai liniştit.

A doua decizie bună pe care am luat-o a fost aceea de a gusta meniul de la restaurant cu o săptămână înaintea nunţii. Am putut vedea cum urmau să fie aranjate aperitivele şi am ales varianta de farfurie care ne-a plăcut cel mai mult.

Nu uitaţi...

În ciuda tuturor pregătirilor, *nimeni* nu vă poate asigura că veţi avea o zi absolut perfectă până în cele mai mici detalii. Însă urmând aceste sfaturi, veţi avea încredinţarea că aţi participat la bunul mers al nunţii voastre şi ziua va fi una specială datorită implicării voastre.

Este ziua voastră, nunta voastră, nu a părinţilor sau rudelor, oricât de bine intenţionate ar fi acestea. Găsiţi momentele mai puţin tensionate ca să le mulţumiţi pentru intenţiile lor, dar fiţi fermi în hotărârile voastre şi faceţi voi front comun.

Vă dorim succes... şi *răbdare*!

Sperăm că ţi-a făcut plăcere lecturarea acestei cărţi.
Pentru detalii suplimentare şi alte apariţii editoriale disponibile la Editura Scriptum, vezi paginile următoare şi accesează librăria virtuală de la adresa www.scriptum.ro

Exerciţii practice

Pagina lui

Sfatul 1: ***Descoperiţi-vă aşteptările***

Cu ce aşteptări păşeşti în căsătorie? Care sunt nevoile tale? Citeşte afirmaţiile de mai jos. Notează-le pe o scară de la 1 la 5 (unde 1 înseamnă că ceva nu este important, iar 5 înseamnă că e foarte important) în spaţiile libere din stânga afirmaţiilor, în felul următor: prima coloană reprezintă preferinţele tale, a doua coloană reprezintă care crezi tu că sunt preferinţele partenerei tale. Comparaţi-vă apoi valorile.

____ ____1. *Dedicare şi siguranţă*: eşti sigur de permanenţa relaţiei voastre şi de gradul vostru de dedicare; nevoile personale şi materiale îţi sunt asigurate.

____ ____2. *Ajutor reciproc şi prietenie*: partenera ta îţi este alături la bine şi la greu; aveţi interese comune.

____ ____3. *Intimitate şi sexualitate*: plăcerea unei relaţii de iubire care se adânceşte odată cu trecerea timpului.

____ ____4. *Afecţiune şi tandreţe*: atingeri călduroase, îmbrăţişări zilnice, exprimarea în cuvinte a sentimentelor de dragoste.

____ ____5. *Încurajare*: partenera mea mă sprijină în ceea ce fac la serviciu şi acasă.

____ ____6. *Apropiere intelectuală*: discutăm împreună orice aspect al vieţii în doi, analizăm deciziile pe care le avem de luat.

____ ____7. *Interese comune*: implicare ca familie în diverse activităţi (în biserică sau la locul de muncă), în diverse sporturi, în grupuri cu interese similare.

____ ____8. *Familia noastră*: devenim părinţi.[44]

Care dintre aspectele de mai sus este cel mai important pentru tine?

Care este cel mai puţin important?

Petreceţi o perioadă de timp discutând despre aspecte legate de:

- Unde v-ar plăcea să locuiţi;
- Cum v-ar plăcea să arate casa voastră;
- Copiii pe care vi-i doriţi;
- Planurile voastre de viitor legate de carieră şi profesie.

Pagina ei

Sfatul 1: *Descoperiţi-vă aşteptările*

Cu ce aşteptări păşeşti în căsătorie? Care sunt nevoile tale? Citeşte afirmaţiile de mai jos. Notează-le pe o scară de la 1 la 5 (unde 1 înseamnă că ceva nu este important, iar 5 înseamnă că e foarte important) în spaţiile libere din stânga afirmaţiilor, în felul următor: prima coloană reprezintă preferinţele tale, a doua coloană reprezintă care crezi tu că sunt preferinţele partenerului tău. Comparaţi-vă apoi valorile.

____ ____1. *Dedicare şi siguranţă*: eşti sigură de permanenţa relaţiei voastre şi de gradul vostru de dedicare; nevoile personale şi materiale îţi sunt asigurate.

____ ____2. *Ajutor reciproc şi prietenie*: cel de lângă tine îţi este alături la bine şi la greu; aveţi interese comune.

____ ____3. *Intimitate şi sexualitate*: plăcerea unei relaţii de iubire care se adânceşte odată cu trecerea timpului.

____ ____4. *Afecţiune şi tandreţe*: atingeri călduroase, îmbrăţişări zilnice, exprimarea în cuvinte a sentimentelor de dragoste.

____ ____5. *Încurajare*: partenerul meu mă sprijină în ceea ce fac la serviciu şi acasă.

____ ____6. *Apropiere intelectuală*: discutăm împreună orice aspect al vieţii în doi, analizăm deciziile pe care le avem de luat.

____ ____7. *Interese comune*: implicare ca familie în diverse activităţi (în biserică sau la locul de muncă), în diverse sporturi, în grupuri cu interese similare.

____ ____8. *Familia noastră*: devenim părinţi.

Care dintre aspectele de mai sus este cel mai important pentru tine?

Care este cel mai puţin important?

Petreceţi o perioadă de timp discutând despre aspecte legate de:

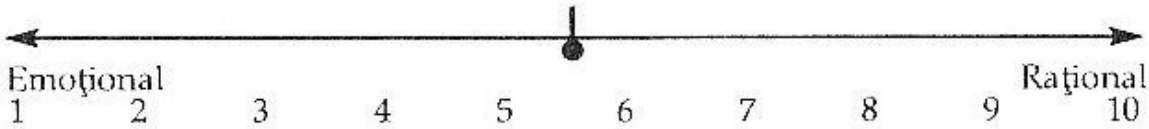
- Unde v-ar plăcea să locuiţi;
- Cum v-ar plăcea să arate casa voastră;
- Copiii pe care vi-i doriţi;
- Planurile voastre de viitor legate de carieră şi profesie.

Pagina lui

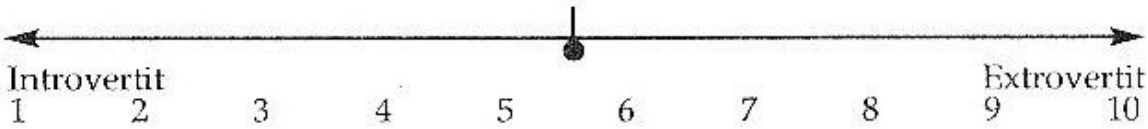
Sfatul 2: ***Apreciaţi-vă diferenţele!***

Evaluează-ţi poziţia personală şi a partenerei tale pe următoarele axe:

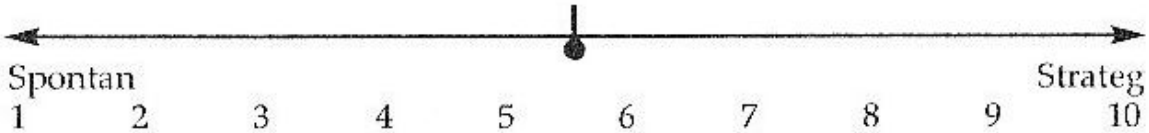
Emoţional - Raţional



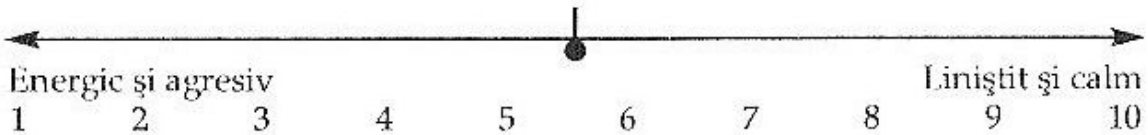
Introvertit - Extrovertit



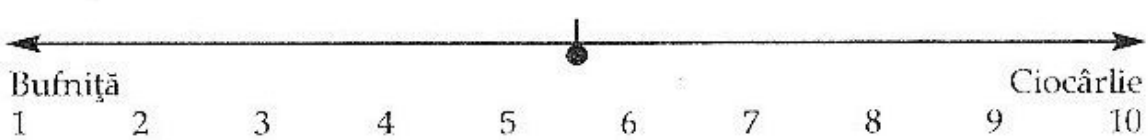
Spontan - Strateg



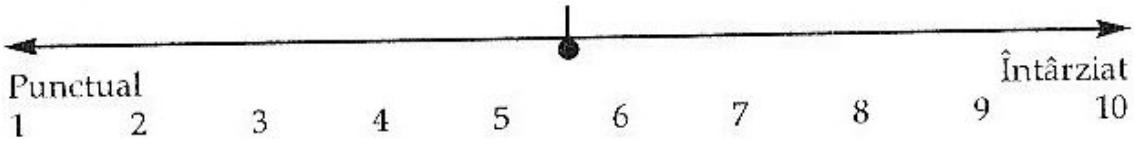
Energic şi agresiv - Liniştit şi calm



Bufniţă - Ciocârlie



Punctual - Întârziat



Analizând diagramele de mai sus, răspunde la următoarele întrebări:

1. În ce aspecte sunteţi diferiţi şi cum vă puteţi completa unul pe celălalt?

_____

_____

În ce aspecte vă asemănaţi (poate prea mult!) şi cum puteţi compensa acest lucru?

_____

_____

Alcătuieşte o listă cu asemănările dintre voi.

_____

_____

_____

Alcătuieşte o listă cu diferenţele dintre voi.

_____

_____

_____

Alcătuieşte o listă cu punctele voastre forte combinate, concentrându-vă asupra potenţialului extraordinar pe care-l aveţi împreună ca şi cuplu, anticipând o relaţie de căsnicie deosebită!

_____

_____

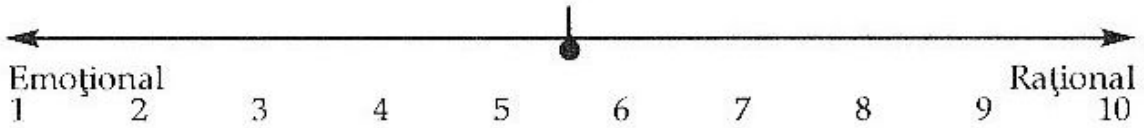
_____

Pagina ei

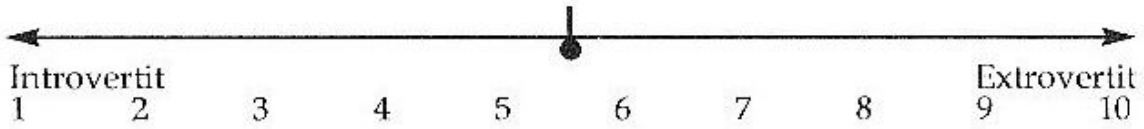
Sfatul 2: *Apreciaţi-vă diferenţele!*

Evaluează-ţi poziţia personală şi a partenerului pe următoarele axe:

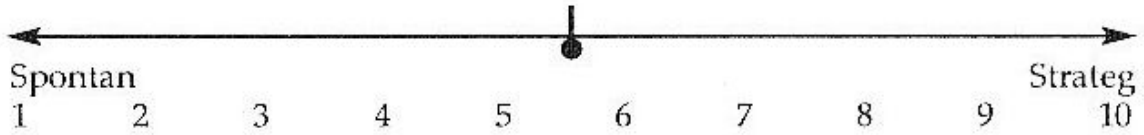
Emotional - Raţional



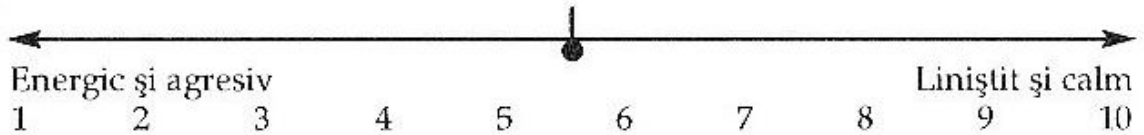
Introvertit - Extrovertit



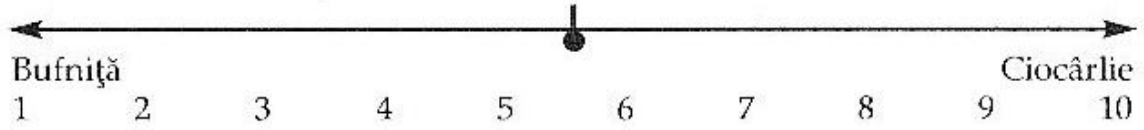
Spontan - Strateg



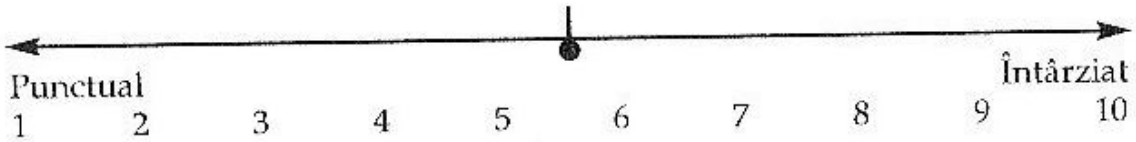
Energic şi agresiv - Liniştit şi calm



Bufniţă - Ciocârlie



Punctual - Întârziat



Analizând diagramele de mai sus, răspunde la următoarele întrebări:

1. În ce aspecte sunteţi diferiţi şi cum vă puteţi completa unul pe celalalt?

_____

_____

În ce aspecte vă asemănaţi (poate prea mult!) şi cum puteţi compensa acest lucru?

_____

_____

Alcătuieşte o listă cu asemănările dintre voi.

_____

_____

_____

Alcătuieşte o listă cu diferenţele dintre voi.

_____

_____

_____

Alcătuieşte o listă cu punctele voastre forte combinate, concentrându-vă asupra potenţialului extraordinar pe care-l aveţi împreună ca şi cuplu, anticipând o relaţie de căsnicie deosebită!

_____

_____

_____

Pagina lui

Sfatul 3: *Învăţaţi să comunicaţi*

Care a fost modul în care s-a comunicat în familia ta? Citeşte afirmaţiile de mai jos şi bifează-le pe cele care se potrivesc. Compară-ţi lista cu cea a partenerei tale.

- ❑ Sentimentele erau exprimate deschis, atât cele negative, cât şi cele pozitive.
- ❑ De dragul liniştii, nu spuneam niciodată ce credem despre o anumită situaţie – preţuiam mai mult pacea în familie.
- ❑ Ne plăcea mult să dezbatem orice în familie. Ori de câte ori stăteam la masă împreună, aveam parte de discuţii animate.
- ❑ Evitam discuţiile importante şi comunicam doar într-un mod superficial.

Ce altceva ai dori să ştie partenera ta despre modul în care s-a comunicat în familia ta?

_____

_____

_____

_____

1. Care sunt subiectele pe care le poţi discuta cu uşurinţă cu partenera ta?

_____

_____

_____

2. Ce subiecte sunt mai dificil de discutat cu partenera ta?

_____

_____

_____

3. Ce stiluri de comunicare folosiţi cel mai des?

4. Ce stiluri de comunicare ai dori să folosiţi mai des?

5. Îţi este greu să îţi exprimi sentimentele într-un mod adecvat? Dacă da, atunci fă-ţi timp să exersezi *Formula sentimentelor* :

„Dă-mi voie să-ţi spun cum mă simt. Mă simt..."

„Acum spune-mi tu cum te simţi..." (Şi fii gata să asculţi!)

6. Încearcă să acorzi o atenţie sporită modului în care vorbeşti atunci când ajungeţi la neînţelegeri şi eventual felicită-te dacă opreşti un conflict înainte ca acesta să devină unul de proporţii.

Pagina ei

Sfatul 3: *Învăţaţi să comunicaţi*

Care a fost modul în care s-a comunicat în familia ta? Citeşte afirmaţiile de mai jos şi bifează-le pe cele care se potrivesc. Compară-ţi lista cu cea a partenerei tale.

- ❑ Sentimentele erau exprimate deschis, atât cele negative, cât şi cele pozitive
- ❑ De dragul liniştii, nu spuneam niciodată ce credem despre o anumită situaţie – preţuiam mai mult pacea în familie
- ❑ Ne plăcea mult să dezbatem orice în familie. Ori de câte ori stăteam la masă împreună, aveam parte de discuţii animate
- ❑ Evitam discuţiile importante şi comunicam doar într-un mod superficial

Ce altceva ai dori să ştie partenera ta despre modul în care s-a comunicat în familia ta?

_____

_____

_____

_____

1. Care sunt subiectele pe care le poţi discuta cu uşurinţă cu partenera ta?

_____

_____

_____

2. Ce subiecte sunt mai dificil de discutat cu partenerul tău?

_____

_____

_____

3. Ce stiluri de comunicare folosiţi cel mai des?

4. Ce stiluri de comunicare ai dori să folosiţi mai des?

5. Îţi este greu să îţi exprimi sentimentele într-un mod adecvat? Dacă da, atunci fă-ţi timp să exersezi *Formula sentimentelor* :

„Dă-mi voie să-ţi spun cum mă simt. Mă simt..."

„Acum spune-mi tu cum te simţi..." (Şi fii gata să asculţi!)

6. Încearcă să acorzi o atenţie sporită modului în care vorbeşti atunci când ajungeţi la neînţelegeri şi eventual felicită-te dacă opreşti un conflict înainte ca acesta să devină unul de proporţii.

Pagina lui

Sfatul 4: ***Rezolvaţi-vă conflictele***

1. Luând în considerare felul tău natural de a reacţiona sau de a te comporta atunci când te confrunţi cu mânia, cu stilul cărei vieţuitoare te poţi identifica? De ce? Dă un exemplu concret. Cu care stil crezi că se identifică mai bine partenera ta? De ce? Dă un exemplu concret. Comparaţi răspunsurile.

❑ Ţestoasa – Retrasul

❑ Sconcsul – Ofensivul

❑ Cameleonul – Schimbătorul

❑ Bufniţa – Intelectualul

❑ Gorila – Învingătorul

❑ Altele _____

2. Recitește sfatul numărul 3 și așterne pe hârtie încă o dată trei dintre subiectele pe care le consideri mai greu de discutat. Compară-ți lista cu partenera ta. Alegeți unul dintre aceste subiecte și discutați-l, folosind tehnica Vorbitor/Ascultător prezentată în acest capitol.

Pagina ei

Sfatul 4: ***Rezolvaţi-vă conflictul***

1. Luând în considerare felul tău natural de a reacţiona sau de a te comporta atunci când te confrunţi cu mânia, cu stilul cărei vieţuitoare te poţi identifica? De ce? Dă un exemplu concret. Cu care stil crezi că se identifică mai bine partenerul tău? De ce? Dă un exemplu concret. Comparaţi răspunsurile.

❑ Ţestoasa – Retrasul

❑ Sconcsul – Ofensivul

❑ Cameleonul – Schimbătorul

❑ Bufniţa – Intelectualul

❑ Gorila – Învingătorul

❑ Altele _____

2. Recitește sfatul numărul 3 și așterne pe hârtie încă o dată trei dintre subiectele pe care le consideri mai greu de discutat. Compară-ți lista cu partenera ta. Alegeți unul dintre aceste subiecte și discutați-l, folosind tehnica Vorbitor/Ascultător prezentată în acest capitol.

Pagina lui

Sfatul 5: ***Administraţi-vă finanţele***

TRECUT

Care a fost atitudinea familiei tale faţă de bani? (Bifează toate răspunsurile care ţi se potrivesc).

- ❑ Am crescut într-o familie în care se punea accentul pe economisire (fiecare bănuţ era preţios).
- ❑ Părinţii mei au împrumutat adesea bani.
- ❑ Banii au fost investiţi cu succes.
- ❑ Nu am avut parte de constrângeri financiare.
- ❑ Părinţii mei au fost foarte darnici.

Gândindu-te la felul în care ai fost crescut, ce ai face la fel?

_____
_____
_____
_____
_____

Ce ai face diferit?

_____
_____
_____
_____
_____

VIITOR

Aveţi datorii (individual sau ca şi cuplu)? Te-ai gândit la un mod concret în care să le eliminaţi? Dacă da, notează-l mai jos.

Care este atitudinea viitoarei tale soţii faţă de bani? Eşti frustrat din cauza modului în care îşi cheltuieşte ea banii? Dacă da, atunci gândeşte-te ce ai putea face ca să îţi exprimi această frustrare şi să discuţi problema.

Dacă aţi primi un cadou mai substanţial la nuntă (să zicem 5.000 de Euro) ce aţi face cu banii?

Aţi discutat deja despre viitorul vostru financiar? Veţi lucra amândoi? Cine va sta acasă cu copiii (când aceştia vor veni)? Eşti gata să te muţi în alt oraş dacă partenera ta este promovată la serviciu (chiar dacă acest lucru implică renunţarea la serviciul tău)?

Pagina ei

Sfatul 5: ***Administraţi-vă finanţele***

TRECUT

Care a fost atitudinea familiei tale faţă de bani? (Bifează toate răspunsurile care ţi se potrivesc).

- ❑ Am crescut într-o familie în care se punea accentul pe economisire (fiecare bănuţ era preţios).
- ❑ Părinţii mei au împrumutat adesea bani.
- ❑ Banii au fost investiţi cu succes.
- ❑ Nu am avut parte de constrângeri financiare.
- ❑ Părinţii mei au fost foarte darnici.

Gândindu-te la felul în care ai fost crescută, ce ai face la fel?

_____
_____
_____
_____
_____

Ce ai face diferit?

_____
_____
_____
_____
_____

VIITOR

Aveţi datorii (individual sau ca şi cuplu)? Te-ai gândit la un mod concret în care să le eliminaţi? Dacă da, notează-l mai jos.

Care este atitudinea viitorului tău soţ faţă de bani? Eşti frustrată din cauza modului în care îşi cheltuieşte el banii? Dacă da, atunci gândeşte-te ce ai putea face ca să îţi exprimi această frustrare şi să discuţi problema.

Dacă aţi primi un cadou mai substanţial la nuntă (să zicem 5.000 de Euro) ce aţi face cu banii?

Aţi discutat deja despre viitorul vostru financiar? Veţi lucra amândoi? Cine va sta acasă cu copiii (când aceştia vor veni)? Eşti gata să te muţi în alt oraş dacă partenerul tău este promovat la serviciu (chiar dacă acest lucru implică renunţarea la serviciul tău)?

Pagina lui

Sfatul 6: ***Relaţia intimă – un dar pentru cei căsătoriţi***

1. Cât de importante sunt pentru tine elementele de bază ale vieţii intime prezentate în capitolul nostru? Notează-le pe o scară de la 1 la 5 (unde 1 înseamnă că ceva nu este important, iar 5 înseamnă că e foarte important) în spaţiile libere din stânga afirmaţiilor, în felul următor: prima coloană reprezintă preferinţele tale, a doua coloană reprezintă care crezi tu că sunt preferinţele partenerei tale. Comparaţi-vă apoi valorile şi discutaţi-le.

____ ____Încrederea – ne simţim în siguranţă unul cu celălalt

____ ____Sinceritatea – putem comunica ceea ce simţim

____ ____Intimitatea – suntem suflete pereche

____ ____Actul sexual – expresia dragostei noastre

2. La care dintre ele a fost discrepanţa cea mai mare? De ce?

_____

_____

_____

_____

_____

3. Care este părerea ta legat de citatul din cartea *Făuritorii căsniciei*?

_____

_____

_____

_____

_____

Pagina ei

Sfatul 6: ***Relaţia intimă – un dar pentru cei căsătoriţi***

1. Cât de importante sunt pentru tine elementele de bază ale vieţii intime prezentate în capitolul nostru? Notează-le pe o scară de la 1 la 5 (unde 1 înseamnă că ceva nu este important, iar 5 înseamnă că e foarte important) în spaţiile libere din stânga afirmaţiilor, în felul următor: prima coloană reprezintă preferinţele tale, a doua coloană reprezintă care crezi tu că sunt preferinţele partenerului tău. Comparaţi-vă apoi valorile şi discutaţi-le.

____ ____Încrederea – ne simţim în siguranţă unul cu celălalt

____ ____Sinceritatea – putem comunica ceea ce simţim

____ ____Intimitatea – suntem suflete pereche

____ ____Actul sexual – expresia dragostei noastre

2. La care dintre ele a fost discrepanţa cea mai mare? De ce?

_____

_____

_____

_____

_____

3. Care este părerea ta legat de citatul din cartea *Făuritorii căsniciei*?

_____

_____

_____

_____

_____

Pagina lui

Sfatul 7: *Însuşiţi-vă rolurile şi responsabilităţile*

Care este un cuvânt sau o idee cu care ai rămas după ce ai citit despre rolul soţului?

Enumeră ideile cu care eşti de acord!

Enumeră ideile cu care nu eşti de acord?

Care a fost modelul tău de soţ? Îl vei urma? Dacă da, de ce? Dacă nu, de ce nu?

Pagina ei

Sfatul 7: ***Însuşiţi-vă rolurile şi responsabilităţile***

Care este un cuvânt sau o idee cu care ai rămas după ce ai citit despre rolul soţiei?

Enumeră ideile cu care eşti de acord!

Enumeră ideile cu care nu eşti de acord?

Care a fost modelul tău de soţie? Îl vei urma? Dacă da, de ce? Dacă nu, de ce nu?

Pagina lui

Sfatul 8: *Încurajaţi-vă unul pe altul*

PARTEA ÎNTÂI: Familia ta şi obiceiurile din familie

Citeşte răspunsurile pe care le-ai dat la întrebările de la începutul capitolului. Ai găsit obiceiuri similare cu cele din familia ei? Dar diferite? Care este cel mai diferit?

Care dintre aceste obiceiuri doreşti să fie adoptate în noua voastră familie?

Cum poţi să continui să-ţi respecţi familia de origine după căsătorie, mai ales părinţii?

PARTEA A DOUA: Prietenii şi căsătoria

Aveţi prieteni comuni pe care îi apreciaţi amândoi?

Aveţi prieteni de care unul sau celălalt se simte mai aproape? Cum credeţi că va fi afectată relaţia voastră de prietenie după căsătorie?

PARTEA A TREIA: Activităţi şi încurajare

Cum te-a încurajat logodnica ta în ultima vreme?

Cum ţi-ai încurajat tu logodnica în ultima vreme?

Ce ţi-ar plăcea să faceţi împreună (cumpărături, activităţi sportive, hobby-uri, un seminar la care să mergeţi împreună, sau alte activităţi)?

Ce aţi mai putea face ca să înveseliţi cât mai mult relaţia voastră?

PARTEA A PATRA: Adânciţi-vă relaţia cu Domnul

Dintre cele trei nevoi menţionate de Selwyn Hughes şi prezentate la finalul capitolului, care te caracterizează?

Gândeşte-te la doi paşi practici pentru adresarea acestei nevoi. Ce versete ştii deja sau ai putea găsi în Biblie care să te ajute aici?

Pagina ei

Sfatul 8: *Încurajaţi-vă unul pe altul*

PARTEA ÎNTÂI: Familia ta şi obiceiurile din familie

Citeşte răspunsurile pe care le-ai dat la întrebările de la începutul capitolului. Ai găsit obiceiuri similare cu cele din familia lui? Dar diferite? Care este cel mai diferit?

Care dintre aceste obiceiuri doreşti să fie adoptate în noua voastră familie?

Cum poţi să continui să-ţi respecţi familia de origine după căsătorie, mai ales părinţii?

PARTEA A DOUA: Prietenii şi căsătoria

Aveţi prieteni comuni pe care îi apreciaţi amândoi?

Aveţi prieteni de care unul sau celălalt se simte mai aproape? Cum credeţi că va fi afectată relaţia voastră de prietenie după căsătorie?

PARTEA A TREIA: Activităţi şi încurajare

Cum te-a încurajat logodnicul tău în ultima vreme?

Cum ţi-ai încurajat tu logodnicul în ultima vreme?

Ce ţi-ar plăcea să faceţi împreună (cumpărături, activităţi sportive, hobby-uri, un seminar la care să mergeţi împreună, sau alte activităţi)?

Ce aţi mai putea face ca să înveseliţi cât mai mult relaţia voastră?

PARTEA A PATRA: Adânciţi-vă relaţia cu Domnul

Dintre cele trei nevoi menţionate de Selwyn Hughes şi prezentate la finalul capitolului, care te caracterizează?

Gândeşte-te la doi paşi practici pentru adresarea acestei nevoi. Ce versete ştii deja sau ai putea găsi în Biblie care să te ajute aici?

Pagina lui

Sfatul 9: ***Pregătiţi-vă pentru un legământ pe viaţă***

Dumnezeu ne-a creat după chipul şi asemănarea Lui. Cum vei putea reflecta chipul Lui şi în căsnicia voastră?

Enumeră cel puţin trei principii de bază pentru căsnicia ta. Comparaţi răspunsurile.

Ce anume te-a atras prima oară la partenera ta?

Ce ajustări ale stilului tău de viaţă anticipezi că vor trebui făcute după căsătorie? Comparaţi răspunsurile.

Ce priorităţi vor trebui ajustate în viaţa ta? Cu ce le vei înlocui? Comparaţi răspunsurile.

_____

_____

_____

_____

Pagina ei

Sfatul 9: ***Pregătiţi-vă pentru un legământ pe viaţă***

Dumnezeu ne-a creat după chipul şi asemănarea Lui. Cum vei putea reflecta chipul Lui şi în căsnicia voastră?

Enumeră cel puţin trei principii de bază pentru căsnicia ta. Comparaţi răspunsurile.

Ce anume te-a atras prima oară la partenera ta?

Ce ajustări ale stilului tău de viaţă anticipezi că vor trebui făcute după căsătorie? Comparaţi răspunsurile.

Ce priorităţi vor trebui ajustate în viaţa ta? Cu ce le vei înlocui? Comparaţi răspunsurile.

_____

_____

_____

_____

Note

[1] Gary Thomas, *Căsătorie sfântă*, Oradea, Kerigma, 2007, p.25.

[2] Idem, p. 81.

[3] Howard Markman, Scott Stanley şi Susan L. Blumberg, *Fighting for Your Marriage*, San Francisco, Jossey-Bass Publishers, 2001, p. 69, 28.

[4] Stuart şi Jill Briscoe, *Married for Life*, Tyrone, Georgia: Authentic Media, 2005, p. 40.

[5] Adaptare după David Mace, *Love and Anger in Marriage*, Grand Rapids, Zondervan, 1982, p. 109-202.

[6] Sconcsul este un animal de mărimea unei pisici de culoare neagră, cu o dungă alba pe spate. Atunci când este încolţit, degajă un miros urât, care îi îndepărtează pe eventualii duşmani.

[7] Adaptare după David si Vera Mace, *How to Have a Happy Marriage*, Nashville: Abingdon, 1976, p. 112-114.

[8] Howard Markman, Scott Stanley şi Susan Blumberg, *Fighting For Your Marriage*, p. 110.

[9] Idem, p. 76.

[10] Idem, p. 110-112.

[11] Cei patru paşi prezentaţi aici sunt adaptaţi după cartea lui H. Norman Wright, *The Pillars of Marriage*, Glendale, CA; Regal, 1979, p. 158.

[12] Gary Thomas, *Căsătorie sfântă*, p. 164.

[13] Hybels, *Onest cu Dumnezeu? Cum să devii un creştin autentic*, Timişoara: Noua Speranţă, 2003, p.164.

[14] David şi Janet Congo, „Money Matters" în *The Complete Marriage Book: Practical Help from Leading Experts*, Stoop and Stoop, ed., Grand Rapids, MI: Revell, 2002, p. 135.

[15] Tamara Holmes, „Six (worthless) excuses for not saving money" în Bankrate.com, 9 octombrie 2006.

[16] Dorothy Kelley Patterson, *Femeia plăcută lui Dumnezeu: Cum să-L descoperim pe Dumnezeu în viaţa noastră*, Oradea: Făclia, 2006, 3.

[17] James MacDonald, *Doamne schimbă-mi atitudinea: Până nu e prea târziu* Arad: Majesty Press, 2005, p.106.

[18] Selwyn Hughes, *Marriage as God Intended* , Eastbourne, Anglia: Kingsway Publications, 1983, p.152.

[19] Din *Books and Culture* de Brad Wilcox, citat în Paul Coughlin, *No More Christian Nice Guy*, Minnesota: Bethany House Publishers, 2005.

[20] Les şi Leslie Parrott, *Saving Your Marriage Before it Starts*, Grand Rapids, Zondervan, 1995, p. 135.

[21] Ed şi Gaye Wheat, *Viaţa intimă în căsnicia creştină*, Societatea Misionară Română, Oradea, 1993; John Gray, *Marte şi Venus în dormitor*, Ed. Vremea, Bucureşti, 2000; David Reuben, *Tot ce-ai vrut să ştii despre sex, dar ţi-a fost teamă să întrebi*, Ed. Curtea Veche, Bucureşti, 1999.

[22] Stuart Briscoe, *Vital Truths to Shape Your Life*, Wheaton, Tyndale House, 2002, p. 76-77.

[23] Jonathan Lamb, *Integrity: Leading with God Watching*, Nottingham: IVP, 2006, pp. 153-154.

[24] Larry Crabb, *Făuritorii căsniciei*, Viena: BEE International, 1991, p. 90.

[25] Dietrich Bonhoeffer, *Letter and Papers from Prison*, New York: Macmillan, 1973, p. 45.

[26] D. Broughton Knox, *The Everlasting God*, citat în S. Hughes, *Trăire prin puterea lui Cristos*, Oradea, Făclia, 2006, p. 28.

[27] Betsy şi Gary Ricucci, *Love That Lasts*, citat în *Căsătorie sfântă*, Oradea, Kerigma, 2007, p. 178

[28] Gary Thomas, *Căsătorie sfântă*, p.62

[29] Idem, p. 57.

[30] Ricucci, *Love That Lasts*, citat în *Căsătorie sfântă*, p. 63.

[31] Thomas, *Căsătorie sfântă*, p. 30.

[32] David şi Vera Mace, *When the Honeymoon's Over*, Nashville, Abingdon Press, 1988, adaptare din p. 84-87.

[33] Idem.

[34] John Gottman, *Why Marriages Succeed or Fail*, New York, Simon and Schuster, 1994, p. 29.

[35] Gary Thomas, *Căsătorie sfântă*, p. 24.

[36] Selwyn Hughes, *Trăire prin puterea lui Cristos*, Oradea, Făclia, 2006, p. 145.

[37] Scott Stanley, *The Heart of Commitment*, Nashville: Thomas Nelson, 1998.

[38] Robert Sternberg, „A Triangular Theory of Love", *Psychological Review* 93 (1986), p. 119-135.

[39] Gary Thomas, *Căsătorie sfântă*, p. 23.

[40] Idem, p. 13.

[41] Geoffrey Bromiley, *God and Marriage*, Grand Rapids: Eerdmans, 1980, p. 43.

[42] Researchers: Marriage doesn't make you happy: Study found outlook on life mostly same before, after tying knot, luni, 17 martie, 2003 Apărut la: 10:43 AM EST (1543 GMT), http://www.cnn.com/2003/HEALTH/03/17/marriage.poll.reut/index.html

[43] John Piper în „Single in Christ: A name better than sons and

dauthers." Predică publicată pe site-ul oficial al organizaţiei Desiring God. http://www.desiringgod.org

[44] Mary Susan Miller, "What are Your Expectations from Marriage?" *Family Life Today,* 19 octombrie, 1980, adaptare.

**Sperăm că ţi-a făcut plăcere lecturarea acestei cărţi.
Pentru detalii suplimentare şi alte apariţii editoriale
disponibile la Editura Scriptum, vezi paginile următoare
şi accesează librăria virtuală de la adresa www.scriptum.ro**